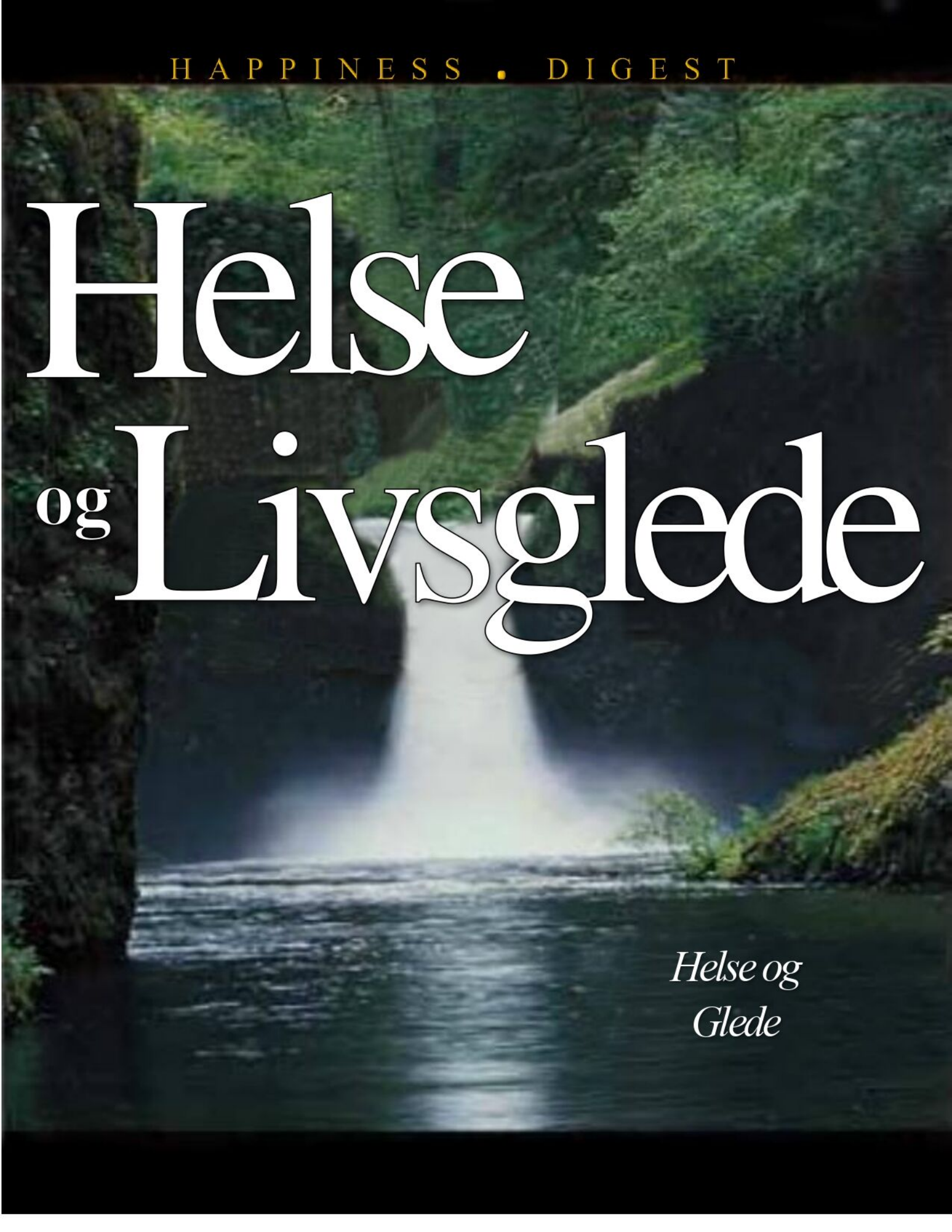
HAPPINESS . DIGEST

Helse og Livsglede



Helse og Glede

New Covenant Publications International Ltd. Norwegian

Opphavsrett © 2020. Den Nye Pakt Internasjonale Publikasjoner

Alle rettigheter reservert. Ingen del av denne boken kan reproduseres eller overføres i noen form eller på noen måte uten uttrykkelig skriftlig tillatelse fra forfatteren, unntatt i tilfelle korte sitater nedfelt i kritiske artikler og anmeldelser. Vennligst referer alle relevant spørsmål til utgiveren.

Alle rettigheter reservert. Ingen deler av denne boken kan reproduseres eller overføres i noen form eller på noen måte, elektronisk eller mekanisk, inkludert fotokopiering, opptak eller av et informasjonslagrings- og gjenfinningssystem - unntatt av en anmelder som kan sitere korte passasjer i en gjennomgang som skal skrives ut i et magasin eller en avis - uten skriftlig tillatelse fra utgiveren.

ISBN: 359-2-85933-609-1

ISBN: 359-2-85933-609-1

Katalogisering i publikasjonsdata

Redigering og Design av: Den Nye Pakt Internasjonale Gruppe

Trykt i Storbritannia.

Første trykk 26. mai 2020

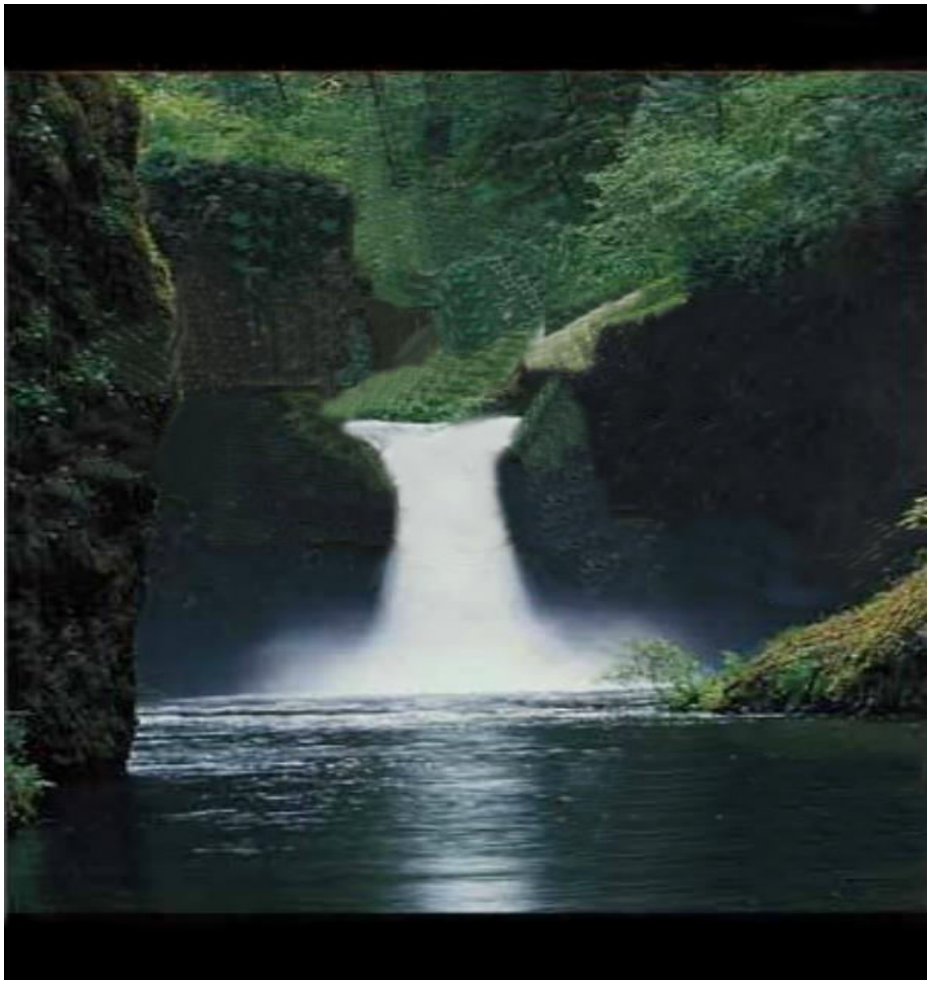
Publisert av: Den Nye Pakt Internasjonale Publikasjoner

New Covenant Publications International Ltd.,

Kemp House, 160 City Road, London, EC1V 2NX

Besøk nettstedet: www.newcovenant.co.uk

Helse og Livsglede



Ellen G. White

Macbeth: Kan du ikke kurere meg fra et sykt sinn,
Fra minnet trekke ut en rotfestet tristhet,
Tørk ut alle valgene som er skrevet i rullen,
Og med en motgift, søt og, som gir glemsel
Fjern all fare fra brystet,
Hvem trykker på hjertet?

Act V, Scene III
Macbeth, 1606
William Shakespeare

Denne siden er blank med hensikt.

New Covenant Publications

International Ltd.

Reformerte Bøker, Transformerte Sinn

New Covenant Publications International Ltd.,
Kemp House, 160 City Road, London, EC1V 2NX

Email: newcovenantpublicationsintl@gmail.com

Anerkjennelser

Denne boken er dedikert til Herren Gud.

Forord

New Covenant Publications International kobler leseren igjen med den guddommelige plan som binder himmel og jord og forsterker evigheten til loven om kjærlighet. Logoen, paktens ark representerer intimiteten mellom Kristus Jesus og hans folk og sentraliteten i Guds lov. Som det er skrevet: “Dette skal være den pakt som jeg vil inngå med Israels hus, sier Herren. Jeg vil legge min lov i deres indre deler og skrive den i deres hjerter, og de skal være mitt folk, og jeg skal være deres Gud. ” (Jeremia 31: 31-33; Hebreerne 8: 8-10). Den nye pakt vitner faktisk om en innløsning, født av vedvarende krig og forseglet med blod.

I utallige århundrer har mange mennesker led ekstraordinær grusomhet, beregnet for å utslette sannheten. Spesielt i mørketiden hadde dette lyset blitt sterkt embattert og tilslørt av menneskelige tradisjoner og populær uvitenhet, fordi innbyggerne i verden hadde foraktet visdom og overtrådt pakten. Kompromissens svakhet med spredning av ondskap provoserte en slik svøpe av uhemmet degenerasjon og diabolsk umenneskelighet, at mange liv ble urettferdig ofret, og nektet å overgi samvittighetsfriheten. Likevel ble en tapt kunnskap gjenopplivet, spesielt i reformasjonens tid.

1600-tallets reformasjons-æra utløste et øyeblikk av sannhet, grunnleggende endring og følgelig turbulens, slik det gjenspeiles i motreformasjonen. Gjennom dette bindet oppdager man imidlertid den ubestridelige betydningen av denne viktige kraftige revolusjonen fra reformatorenes og andre modige pionerers perspektiver. Fra deres beretninger kan man forstå de rasende kampene, årsakene som ligger til grunn for slik fenomenal motstand og overnaturlige inngrep.

Mottoet vårt: “Reformerte Bøker, Transformerte Sinn”, fremhever en særegen litterær sjanger, komponert i en kritisk tid og dens innvirkning. Det gir også gjenlyd med pressen til personlig reformasjon, gjenfødelse og transformasjon. Gutenberg-trykkpressen, kombinert av oversettelsens kraft, formidlet verdiene om den reformerte troen, for rundt 500 år siden, ville den digitaliserte pressen og online medier kommunisere på alle språk sannhetens lys i disse siste tider.

Innholdsfortegnelse

Kapitel 1 - Et eksempel for oss 6
Kapitel 2 - I tjeneste for andre 11
Kapitel 3 - Sammen med Gud i naturen 21
Kapitel 4 - Troens makt 25
Kapitel 5 - Når sjelen blir helbredet 33
Kapitel 6 - Frelst for å tjene andre 43
Kapitel 7 - Samarbeid mellom Gud og menneske 51
Kapitel 8 - Legen er også en lærer 60
Kapitel 9 - Undervisning og helbredelse 69
Kapitel 10 - Hjelp til dem som blir fristet 83
Kapitel 11 - Avholdsarbeid 89
Kapitel 12 - Hjelp til hjemløse og arbeidsledige 97
Kapitel 13 - De hjelpeløse fattige 108
Kapitel 14 - Arbeid for de rike 113
Kapitel 15 - I sykerommet 118
Kapitel 16 - Bønn for de syke 121
Kapitel 17 - Bruk av legemidler 126
Kapitel 18 - Behandling av sinnet 130
Kapitel 19 - I Guds frie natur 140
Kapitel 20 - Alminnelig helselære 144
Kapitel 21 - Helse blant israelittene 148
Kapitel 22 - Klærne våre 154
Kapitel 23 - Diett og helse 159
Kapitel 24 - Kjøtt og fisk 167
Kapitel 25 - Et avbalansert kosthold 171
Kapitel 26 - Stimulerende og bedøvende midler 175
Kapitel 27 - Salg av alkohol 181
Kapitel 28 - Arbeid i hjemmet 187
Kapitel 29 - Ekteskapet 191
Kapitel 30 - Hvor og hvordan er det best å bo? 195
Kapitel 31 - Moren 199

Kapitel 32 - Barnet 203
Kapitel 33 - Hjemmets betydning 209
Kapitel 34 - Sann utdannelse 213
Kapitel 35 - Sann kunnskap om Gud 220
Kapitel 36 - Faren ved spekulativ kunnskap 230
Kapitel 37 - Falsk og sann utdannelse 237
Kapitel 38 - Betydningen av å søke sann kunnskap 245
Kapitel 39 - Kunnskap gjennom Guds ord 250
Kapitel 40 - Hjelp i hverdagen 255
Kapitel 41 - Omgang med andre 263
Kapitel 42 - Utvikling og tjeneste 272
Kapitel 43 - En høyere erfaring 276

Kapitel 1 - Et eksempel for oss

Vår Herre Jesus Kristus kom til denne verden for å være en tjener som aldri skulle svikte. «Han tok på seg våre plager og bar våre sykdommer», slik at han kunne møte alle våre behov. Mat 8:17. Han kom for å fjerne sykdom, elendighet og synd. Det var hans oppgave å gjenopprette mennesket fullt og helt, å gi oss sunnhet, fred og en fullkommen karakter. {HOL 13.1}

Det var mange forskjellige omstendigheter og behov som fikk folk til å be ham om hjelp, og ingen av dem som kom til ham, ble avvist. Det fløt en strøm av helbredende kraft ut fra ham, og mennesker ble gjort friske ikke bare fysisk, men også mentalt og åndelig. {HOL 13.2}

Frelserens arbeid var ikke regulert når det gjaldt tid eller sted. Hans medlidenhet kjente ingen grenser, og det fantes ingen bygning i hele Palestina som kunne romme alle dem som trengte seg om ham for å bli helbredet eller for å høre ham, enten det var oppe i Galileas grønnkledte åser, langs de travle allfarveiene, nede ved sjøen eller i synagogen. I hver eneste by og landsby han drog gjennom, la han hendene sine på de syke og helbredet dem. Hvor som helst han møtte hjerter som var rede til å ta imot hans budskap, trøstet han dem ved å forsikre dem om at deres himmelske Far elsket dem. Hele dagen stod han til tjeneste for dem som kom til ham, og om kvelden tok han seg av slike som gjennom dagen måtte slite for å tjene til det aller mest nødvendige en familie trengte. {HOL 13.3}

Jesus bar den fryktelig tunge byrden som ansvaret for menneskenes frelse er. Han visste at dersom menneskene ikke forandret sine prinsipper og sine mål, ville alle gå fortapt. Dette var den største byrden som hvilte på ham, og ingen vil kunne ,skjønne hvor tung den egentlig var. Som barn, ungdom og voksen vandret han alene, men å være sammen med ham var som å komme til himmelen. Dag etter dag møtte han prøvelser og fristelser, dag etter dag møtte han det onde og var vitne til den makt det onde kunne ha over dem han var kommet for å gjøre godt mot og frelse. Men han gav aldri opp og mistet aldri motet. {HOL 14.1}

Han lot alltid sine valg bli styrt av den oppgaven han var kommet for å utføre. Hans liv ble så strålende fordi han alltid bøyde seg for sin Fars vilje. Da moren en gang mens han ennå var ung, fant ham i rabbinernes skole, sa hun: «Barn, hvorfor gjorde du dette mot oss?» Han svarte: «Hvorfor lette dere etter meg? Visste dere ikke at jeg må være i min Fars hus?» Luk 2:48,49. {HOL 14.2}

Gjennom hele sitt liv var han selvoppofrende. Han hadde ikke noe hjem i denne verden som han kunne kalle sitt eget, bortsett fra den omsorgen vennene hans hadde for ham da han vandret omkring. For vår skyld levde han som den fattigste, og han drog

omkring og arbeidet blant dem som led nød og hadde det vondt. Han gikk inn og ut blant det folket han hadde gjort så mye for, uten å bli vist noen ære. {HOL 14.3}

Han var alltid tålmodig og glad, og de som led hilste ham som en som kom med bud om liv og fred. Han så hvilke behov menn og kvinne, barn og unge hadde, og alle fikk den samme invitasjonen: «Kom til meg.» {HOL 14.4}

I løpet av de årene han tjente menneskene, brukte han mer tid til å helbrede syke enn å preke. De miraklene han utførte bekrefter sannheten i hans ord om at han ikke var kommet for å ødelegge, men å frelse. Hvor han enn dro, var nyhetene om hans godhet allerede kommet før ham. Når han forlot et sted, kunne de som hadde fått del i hans omsorg, juble over at de var blitt friske, og de kunne prøve ut sine nye krefter. Store menneskemasser kom til for å høre fra deres egen munn hva Herren hadde gjort for dem. Hans stemme var den aller første mange overhodet hørte, hans ansikt det første de fikk se. Hvorfor skulle de ikke elske Jesus og prise ham? Når han vandret gjennom byer og landsbyer, var han som en elv som spredte liv og glede omkring seg. {HOL 14.5}

«Sebolons land og Naftalis land ved veien mot sjøen, landet på andre siden av Jordan, bedningenes Galilea. det folk som satt i mørke, har sett et stort lys, og for dem som satt i dødens land og skygge - for dem er et lys opprunnet.» Matt. 4:15,16. {HOL 15.1}

Frelseren brukte enhver helbredelse han utførte som en anledning til å så guddommelige prinsipper i sjel og sinn. Det var dette som var hensikten med arbeidet hans. Han delte ut jordiske velsignelser for å få menneskene til å åpne sine hjerter og ta imot det evangeliet om nåde han ville gi dem. {HOL 15.2}

Kristus kunne godt ha inntatt den høyeste stillingen blant lærerne for det jødiske folket, men isteden fortrakk han å bringe evangeliet til de fattige. Han gikk fra sted til sted, slik at folk både i by og på land kunne få høre sannhetens ord. Ute ved sjøen, oppe i fjellene, i de travle gatene, i synagogen - overalt kunne man høre ham utlegge Skriften. Ofte underviste han i tempelforgården, slik at også hedningene kunne få høre ham. {HOL 15.3}

Folket ble grepet av Kristi undervisning fordi han forklarte Skriften så forskjellig fra fariseerne og de skriftlærde. Rabbinerne var opptatt av tradisjonen, av menneskers teorier og spekulasjoner. Ofte var det som mennesker hadde sagt og skrevet om Skriften, blitt satt inn istedenfor selve Skriften. Kristus underviste i Guds ord. Han møtte spørsmål med et enkelt «Det står skrevet», «Hva står det i Skriften?» eller «Hvordan leser dere?» Hver eneste gang enten en venn eller en fiende viste interesse, benyttet han anledningen til å fortelle hva som står skrevet i Guds ord. Han forkynte evangeliet klart og tydelig. Når han talte, kastet han lys over den undervisningen patriarkene og profetene hadde gitt, og

mennesker fikk en ny åpenbaring over Skriften. Aldri før hadde hans tilhørere funnet så store dybder og betydninger i Guds ord. {HOL 16.1}

Det har aldri vært en slik evangelist som Kristus. Han var himmelens majestet, men han fornedret seg selv for å kunne møte menneskene på deres plan. Kristus brakte et budskap om Guds pakt og nyhetene om frelse til alle mennesker, rik og fattig, fri og trell. Det spredte seg et rykte om ham utover hele Palestina at han var den store helbrederen. De syke oppsøkte steder hvor han kom til å gå forbi, slik at de kunne rope til ham om hjelp. Dit kom også mange som tørstet etter å høre hans ord, eller som ønsket at han skulle legge hendene sine på dem. Som en fattig mann gikk han fra by til by, fra bygd til bygd, forkynte evangeliet og helbredet syke. {HOL 16.2}

Han tok del i jødenes store, årlige fester, og han talte om himmelen til de veldige folkeskarene som tok del i seremoniene, slik at de fikk øynene opp for det som er av evighets betydning. Alle fikk del i visdommens kilde. Han snakket til dem i et språk som var så enkelt at alle kunne forstå. På sin egen måte hjalp han alle som sørget og hadde det vondt. ømt og kjærlig brakte han helbredelse og styrke til dem som var tynget ned av synd. {HOL 16.3}

Kristus var den største av alle lærere som har vært, og han forsøkte å nå folket ved å ta del i det de var opptatt av. Han underviste om sannheten slik at tilhørerne alltid ble fylt av glede når de husket på det han hadde lært dem. Han lærte dem på en slik måte at de følte han virkelig levde med i deres sorger og bekymringer. Hans undervisning var rett på sak, hans illustrasjoner passet så godt, og hans ord var så vennlige og gode at tilhørerne ble revet med av det han sa. Fordi han talte så enkelt og så oppriktig, brakte hvert ord stor velsignelse med seg. {HOL 17.1}

For et travelt liv han førte! Dag etter dag var han å finne i hjemmene til de fattige, hvor han lindret sorg og nød. De som var utstøtte, fikk byttet ut sine bekymringer med håp og fred. Full av barmhjertighet, ømhet og medfølelse gikk han omkring og gav mot til de nedtrykte og trøstet dem som sørget. Hvor han enn var, brakte han velsignelse med seg. {HOL 17.2}

Samtidig som han hjalp de fattige, prøvde Jesus også å komme inn blant de rike. Han ble kjent med den velstående og dannede fariseeren, den jødiske adelsmannen og den romerske hærføreren. Han tok imot deres innbydelser, var til stede på de festene de holdt, og satte seg inn i hva de var interessert i og opptatt av. På den måten kunne han få innpass til hjertene deres og fortelle dem om de rikdommene som aldri vil forgå. {HOL 17.3}

Jesus kom til denne verden for å vise at et menneske kan leve et uplettet liv hvis det tar imot kraft fra det høye. Med sin utrettelige tålmodighet og sympati hjalp han

mennesker akkurat der hvor deres behov var størst. Fordi han var mild og nådig, kunne han jage uro og tvil bort fra sjelen og snu fiendskap til kjærlighet og vantro til tillit. {HOL 18.1}

Han kunne si til hvem han ville: «Følg meg.» Og den han talte til, ville stå opp og følge ham. Alle lenker til denne verden ble brutt. Når han talte, ble mennesker frigjort fra grådighet og ærgjerrighet, og de kunne stå opp og følge ham. {HOL 18.2}

Nestekjærlighet

Kristus behandlet alle mennesker likt uansett nasjonalitet, klasse eller tro. De skriftlærde og fariseerne ønsket å gjøre himmelens velsignelser til noe som bare jødene skulle ha del i, og stenge ute resten av Guds familie på jorden. Men Kristus kom for å bryte ned ethvert skille mellom mennesker. Han kom for å vise at på samme måte som luften, lyset eller regnværet ikke kjenner noen grenser, slik er det også med Guds kjærlighet og nåde. {HOL 18.3}

Gjennom sitt liv viste Kristus en religion hvor det ikke finnes noen rangsforskjell, en religion hvor jøder og hedninger, fri og trell, er knyttet sammen i et fellesskap hvor alle står likt overfor Gud. Han lot aldri sine valg være styrt av politiske hensyn. Han gjorde ikke forskjell på naboer og fremmede, venner og fiender. Det som fremfor alt rørte hjertet hans, var hvis det kom til ham en som tørstet etter livets vann. {HOL 18.4}

Han behandlet aldri noe menneske som verdiløst, men ønsket å dele himmelens medisin med alle. Hvor han enn var, hadde han noe å si som passet akkurat der og da. Hvis han oppdaget at noen ble forbigått eller forurettet av andre, ble han bare enda mer oppmerksom på hvor sterkt de trengte hans guddommelige og menneskelig sympati. Han forsøkte å gi håp til de råeste og minst lovende i samfunnet ved å forsikre dem om at de kunne bli kvitt sine laster og få en karakter som ville vise at de var Guds barn. {HOL 18.5}

Han møtte ofte slike som Satan hadde under sin kontroll, og som ikke eide noen kraft til å komme seg ut av hans snarer. Slike var gjerne mismodige, syke og et lett bytte for fristelser, men fordi Jesus var øm og medfølende når han snakket med dem, møtte han deres behov, og de forstod ham. Andre han møtte kjempet i nærkamp mot sjelefienden. Disse oppmuntret han til å holde ut og forsikret dem om at de ville vinne, for Guds engler var på deres side og ville gi dem seier. {HOL 19.1}

Han satt og spiste sammen med tollerne som en æret gjest, og ved å være forståelsesfull og vennlig når han var sammen med dem, viste han at han hadde stor respekt for mennesker. Dette gjorde at mange ønsket å gjøre seg hans tillit verdig. Hans ord gav de tørste hjertene deres livgivende kraft. Han inspirerte disse som var utstøtt av samfunnet, til å se muligheten av å begynne et nytt liv. {HOL 19.2}

Selv om han var jøde, var han gjerne sammen med samaritanere, uten å bry seg om folks fariseiske skikker. Han trosset.fordommene deres og tok gjerne imot innbydelser til å være gjest hos disse foraktede menneskene. Han sov under samme tak som dem og gikk til bords og spiste sammen med dem den maten de gjorde i stand til ham. Han underviste dem der de bodde, og var ytterst vennlig og høflig mot dem. Når han på denne sympatiske måten drog deres hjerter til seg, lot han dem få del i den guddommelige nåden og viste dem den frelsen som jødene avviste. {HOL 19.3}

Arbeid for den enkelte

Kristus lot aldri en anledning til å forkynne evangeliet om frelsen gå forbi seg. Lytt bare til hans vidunderlige ord til den samaritanske kvinnen. Han satt ved Jakobs brønn da hun kom for å hente vann. For å overraske henne bad han henne om en tjeneste. «Gi meg å drikke!» sa han. Han ønsket noe leskende, men samtidig ville han åpne opp en mulighet til å kunne gi henne livets vann. «Den samaritanske kvinnen sier til ham: Hvordan kan du som er jøde, be meg, en samaritansk kvinne, om å få drikke? Jøder har nemlig ikke omgang med samaritanere. Jesus svarte og sa til henne: Kjente du Guds gave, og visste du hvem det er som sier til deg: Gi meg å drikke - så hadde du bedt ham, og han ville gi deg levende vann! ... Den som drikker av det vann jeg vil gi ham, skal aldri i evighet tørste, men det vann jeg vil gi ham, blir i ham en kilde med vann som veller fram til evig liv.» Joh 4:7-14. {HOL 19.4}

Kristus viste svært stor interesse for denne kvinnen! Tenk over hvor alvorlig og inderlig han snakket med henne! Da kvinnen hadde hørt hva han sa, lot hun vannbøtten sin bli stående, gikk tilbake til byen og sa til vennene sine: «Kom og se en mann som har sagt meg alt det jeg har gjort! Han skulle vel ikke være Messias?» Og vi kan lese at «det var mange av samaritanerne fra denne byen som trodde på Jesus på grunn av kvinnens ord.» Joh 4:29.39. Hvem .kan vel beregne hvor stor betydning disse ordene har hatt for å lede mennesker til frelse gjennom de årene som har gått siden den gang? {HOL 20.1}

Hvor som helst det finnes hjerter som er åpne for å motta sannheten, står Kristus klar til å undervise dem. Han viser dem hvem Faderen er, og hvilken tjeneste han som kan lese alles tanker, ønsker. Overfor slike trenger han ikke bruke lignelser. Til dem vil han bare si det rett fram, slik han sa det til kvinnen ved brønnen: deg er det, jeg som taler med deg. {HOL 20.2}

Kapitel 2 - I tjeneste for andre

Hjemme hos fiskeren Peter lå svigermoren hans «syk med høy feber, og de bad ham hjelpe henne.» Jesus «rørte ved hennes hånd. Og feberen forlot henne.» Hun stod opp og tjente Frelseren og disiplene hans. Luk. 4:38; Mark 1:30; Mat 8:15. {HOL 21.1}

Dette var nyheter som spredte seg raskt. Miraklet var blitt utført på sabbaten, og av frykt for rabbinerne turde ikke folk komme for å la seg helbrede før etter solnedgang. Men da skyndte innbyggerne i byen seg fra hjemmene sine, fra butikkene og fra markedsplassene, til det beskjedne hjemmet hvor Jesus holdt til. De syke ble brakt til ham på bårer, de støttet seg på krykker eller lente seg til vennene sine. Vaklende og svake kom de fram for Frelseren. {HOL 21.2}

Time etter time fortsatte de å komme og gå, for ingen visste om Helbrederen ville være blant dem dagen etter. Aldri hadde Kapernaum vært vitne til en dag som denne. Overalt kunne man høre stemmer som uttrykte seier og befrielse. {HOL 21.3}

Ikke føre den siste hadde fått den lindring han trengte, sluttet Jesus å arbeide. Det var langt på natt da folkemengden spredte seg og det igjen ble stille i hjemme hos Simon. En lang og anstrengende dag var slutt, og Jesus trengte hvile. Men mens byen ennå var innhyllet i dyp søvn, «tidlig om morgenen, mens det ennå var ganske mørkt, stod han opp og gikk ut. Han gikk bort til et øde sted og bad der.» Mark 1:35. {HOL 21.4}

Tidlig om morgenen kom Peter og vennene hans til Jesus og fortalte at folk i Kapemaum allerede var kommet for å finne ham. De ble ikke så lite overrasket da han svarte: «Også i de andre byene må jeg forkynne evangeliet om Guds rike, for til det er jeg utsendt.» Luk 4:43. {HOL 22.1}

l all den uro som nå var oppstått i Kapemaum, var det fare for at folket skulle miste Jesu egentlige misjon av syne. Jesus likte ikke å få oppmerksomheten rettet mot seg selv som den som utførte mirakler og helbredet fysiske lidelser. Det han framfor noe annet ønsket, var å få dem til å se at han var deres Frelser. Folket ville gjerne tro at han var kommet som deres konge for å opprette et jordisk rike, men han ville ha dem til å vende tankene bort fra det jordiske til det åndelige. Bare verdslig framgang ville stå i veien for hans egentlige oppgave. {HOL 22.2}

Han følte seg plaget av at den likegyldige folkehopen ikke forstod dette. Han lot aldri noen tanker om å opphøye seg selv få styre hans liv. Den hyllest som verden gir til stilling, rikdom eller talenter, var fremmed for Menneskesønnen. Jesus gjorde aldri bruk av noen av de midlene som mennesker gjerne bruker for å vinne troskap og ære. Mange hundre år før han ble født, var det profetert om ham: «Han skal ikke skrike og ikke rope, og han skal ikke la sin røst høre på gaten. Det knekkede rør skal han ikke knuse, og den

rykende veke skal han ikke slokke. I sannhet skal han føre retten ut til dem.» Jes 42:2,3. {HOL 22.3}

Fariseerne forsøkte å vekke oppmerksomhet ved at de nøye overholdt seremoniene, ved at de gjorde stort nummer av sin gudstjeneste, og ved sine gode gjerninger. De viste sin nidkjærhet for religionen ved å gjøre den til et diskusjonsemne. De forskjellige sektene førte lange og høyrøstede diskusjoner med hverandre, og ikke sjelden kunne man høre de lovkyndige føre heftige samtaler ute på gatene. {HOL 23.1}

Jesu liv stod i sterk kontrast til alt dette. Han førte aldri noen høyrøstet diskusjon eller gudstjeneste hvor han framhevet seg selv. Han gjorde aldri noe forsøk på å bli æret eller hyllet. Kristus var skjult i Gud, og Gud ble åpenbart gjennom Sønnens karakter. Det var dette Jesus ønsket å vende folkets oppmerksomhet mot. {HOL 23.2}

Rettferdighetens sol brøt ikke fram over verden med all sin prakt, for da ville den ha blendet folket med sin herlighet. Det er skrevet om Kristus: «Hans oppgang er så viss som morgenrøden.» Mildt og stille bryter dagslyset fram over jorden, sprer mørket og vekker verden til liv. Slik gikk Rettferdighetens Sol «med legedom under sine vinger.» Mal 4:2. {HOL 23.3}

«Se min tjener, som jeg støtter, min utvalgte. som min sjel har velhehag i» Jes 42:1. {HOL 24.1}

«For du har vært et vern for den hjelpeløse, et vern for den fattige i hans trengsel, et ly mot regnskyll, en skygge mot hete.» Jes 25:4. {HOL 24.2}

«Så sier Gud Herren, som skapte himmelen og utspendte den, som bedte ut jorden med det som gror på den, han so gir åndepust til folket som bor på den, og ånd til dem som ferdes på den: Jeg, Herren, har kalt deg i rettferd og tatt deg ved hånden. Jeg vil verne deg og gjøre deg til en pakt for folket. til et lys for hedningene, for at du skal åpne blinde øyne, føre de bundne ut av fangehullet og føre dem som sitter i mørket, ut av fengslet.» Jes 42:5-7. {HOL 24.3}

«Blinde vil jeg føre på en vei de ikke kjenner. På stier de ikke visste om, vil jeg la dem ferdes. Mørke steder foran dem vil jeg gjøre til lys og bakker til sletteland. Dette er de ting jeg vil gjøre, jeg vil for visst ikke la det være.«Vers 16. {HOL 24.4}

«Syng en ny sang for Herren, syng hans pris fra jordens ende - dere som farer ut på havet, og alt som fyller det, fjerne kyster og dere som bor der! ørkenen og dens byer skal oppløfte røsten, de landsbyer hvor Kedar bor. De som bor på fjellet, skal juble, fra fjelltoppene skal de rope høyt. De skal prise Herrens ære og forkynne hans pris på fjerne kyster.» Versene 10-12. {HOL 24.5}

«Rop av jubel, dere himler! For Herren utfører sitt verk. Rop med fryd, dere jordens dybder! Bryt ut i jubel, dere fjell, du skog og hvert tre i deg! For Herren gjenløser Jakob, og på Israel vil han åpeubare sin herlighet.» Jes 44:23. {HOL 24.6}

I Herodes' fengsel satt døperen Johannes skuffet og tvilrådig fordi han ikke forsto Jesu misjon. Han satt og våkte og ventet på svar fra de to disiplene han hadde sendt ut med spørsmålet: «Er du den som skal komme, eller skal vi vente en annen?» Mat 11:3. {HOL 24.7}

Frelseren svarte ikke straks på disiplenes spørsmål. Mens de stod og undret seg over hans taushet, kom mange syke til ham. Røsten hans var mektig nok til å trenge gjennom døve ører. Et ord og en berøring var nok til å åpne øynene på de blinde, så de fikk se dagslyset, naturens skjønnhet, venners ansikt og Frelserens blikk. Stemmen hans nådde de dødssykes ører, og de stod opp med full helse og kraft. De som var lammet av besettelse, adlød hans ord, de ble fri for sin galskap, og de tilbad ham. De fattige bøndene og arbeiderne, som rabbinerne skydde som pesten, flokket seg om ham mens han talte til dem om det evige liv. {HOL 24.8}

På denne måten gikk dagen, mens de disiplene som Johannes hadde sendt ut, så og hørte alt. Til slutt kalte Jesus dem til seg og bad dem gå og fortelle Johannes hva de hadde sett og hørt. Og så føyde han til: «Salig er den som ikke tar anstøt av meg.» Vers 6. Disiplene brakte dette budskapet tilbake, og det var nok. {HOL 25.1}

Johannes kjente profetien om Messias: «Herrens ånd er over meg, fordi Herren har salvet meg til å forkynne et godt budskap til de saktmodige. Han har sendt meg til å forbinde dem som har et sønderbrutt hjerte, til å utrope frihet for de fangne og frigjørelse for de bundne, til å utrope et nådens år fra Herren, ... til å trøste alle sørgende.» Jes 61: l ,2. Jesus fra Nasaret var den som var lovt. Beviset på at han kom fra Gud, lå i det arbeidet han gjorde for å lindre menneskers nød. Hans herlighet viste seg gjennom at han lot seg fornedre til å bli lik oss mennesker. {HOL 25.2}

Alt det Kristus gjorde vitnet ikke bare om at han var Messias, men viste også på hvilken måte hans rike skulle bli opprettet. Johannes fikk se den samme sannheten som Elias så i ørkenen, da det kom «en stor og sterk storm som kløyvde fjell og knuste klipper, men Herren var ikke i stormen. Etter stormen kom det et jordskjelv, men Herren var ikke i jordskjelvet. Etter jordskjelvet kom det en ild, men Herren var ikke i ilden. Etter ilden kom lyden av en stille susing.» l Kong 19:11,,12. Slik skulle Jesus utføre sitt arbeid. Han skulle ikke erobre kongeriker eller vise pomp og prakt, men tale til menneskers hjerter ved å vise barmhjertighet og selvoppofrelse. {HOL 25.3}

Guds rike kommer ikke som et veldig show. Det kommer ved den milde innflytelsen hans inspirerte ord utøver på mennesker, ved at hans Ånd virker i mennesker, ved at vår

sjel lever i samfunn med ham, han som er opphavet til alt liv. Aller best ser vi dens kraft når menneskenaturen får del i Kristi karakter. {HOL 25.4}

Kristi etterfølgere skulle være verdens lys, men Gud ber dem ikke anstrenge seg for å skinne. Han godkjenner ikke at noen streber etter å vise overlegen godhet bare for at de skal kunne være fornøyd med seg selv. Han ønsker at våre sinn skal være gjennomsyret av himmelske prinsipper. Når vi da er i verden, vil vi åpenbare det lyset som er i oss. En urokkelig troskap i enhver handling i livet vil derfor i seg selv være et lys. {HOL 26.1}

Rikdom eller høy stilling, kostbart utstyr, flotte bygninger og møbler er ikke viktig når det gjelder å fremme Guds verk. Det samme gjelder store gjerninger som mennesker gjerne roser, men som oftest bare stimulerer til forfengelighet. Verdslig prakt, hvor imponerende den enn måtte være, er av ingen verdi i Guds øyne. Han verdsetter det usynlige og evige langt høyere enn det synlige og timelige. Det sistnevnte har verdi bare om det fremmer det førstnevnte. Det aller vakreste kunsten kan frambringe, har ingenting å stille opp med sammenlignet med en karakter som er frukten av Den Hellige Ånds virksomhet. {HOL 26.2}

Da Gud gav sin sønn til denne verden, skjenket han menneskene rikdommer som ikke kan forgå - rikdommer så store at alle skatter menneskene har samlet seg siden verdens begynnelse, ikke tåler sammenligning med dem. Kristus kom til denne jorden og stod fram for menneskene med en kjærlighet som var samlet fra evighet av, og vi kan ta imot denne skatten, åpenbare den for andre og dele den ut om vi holder oss i forbindelsen med ham. {HOL 26.3}

Det vil ikke hjelpe med noen menneskelig anstrengelse i arbeidet for Gud hvis den ikke er knyttet til ekte hengivenhet som vil vise seg ved at den kraften som ligger i Kristi nåde, forvandler livet. Vi skal være annerledes enn verden fordi Gud har gitt oss sitt segl, fordi han åpenbarer sin egen kjærlighets karakter i oss. Vår frelser dekker oss med sin rettferdighet. {HOL 27.1}

Når Gud velger menn og kvinner til sin tjeneste, spør han ikke om de eier jordisk rikdom, lærdom eller veltalenhet. Han spør: Er de så ydmyke at jeg kan lære dem min vei? Kan jeg legge mine ord i deres munn? Vil de representere meg? {HOL 27.2}

Gud kan bruke et hvilket som helst menneske i samme grad som han kan fylle deres sjels tempel med sin Ånd. Han vil anerkjenne det arbeidet som gjenspeiler hans bilde. Hans etterfølgere skal bære fram for verden som sitt vitnemål og sine attester de uutslettelig kjennetegnene på Guds udødelige prinsipper. {HOL 27.3}

«I sin arm skal han samle lammene»

Når Jesus går gjennom gatene i byene, trenger mødre seg fram til ham med syke og døende barn i armene sine og forsøker å vekke hans oppmerksomhet. {HOL 27.4}

Tenk deg disse mødrene - bleke, trette og nesten i ferd med å gi opp, men allikevel beslnttsomme og utholdende. De bokstavelig talt bærer sine lidelser fram for Frelseren. De blir trengt tilbake av den tette skaren, men Jesus baner seg vei bort til dem skritt for skritt, inntil han står ved siden av dem» Håpet flammer opp i hjertene deres. Når de møter,hans medlidende og kjærlige øyne og forstår at han er blitt oppmerksom på dem, gråter de gledestårer. {HOL 27.5}

Frelseren vender seg til en av dem og vinner hennes tillit ved å spørre: «Hva kan jeg gjøre for deg?» Hulkende stammer hun fram sitt store ønske: «Herre, at du vil helbretle barnet mitt.» {HOL 27.6}

Kristus løfter det vesle barnet fra armene hennes, og bare ved at han berører det, forsvinner sykdommen. Dødens skygge er borte, og en strøm av liv flyter igjen gjennom årene. Musklene får ny styrke. Han trøster moren med ord om fred før han går videre til et annet like alvorlig tilfelle. Igjen bruker Kristus sin livgivende kraft, og alle priser og ærer ham som gjør slike underfulle gjerninger. . {HOL 28.1}

Vi har så lett for å være opptatt av alt det store og mektige i Kristi liv. Vi taler om de vidunderlige gjerningene og miraklene han utrettet. Men et enda større bevis på hans storhet er den interessen han viste for det som ikke ble regnet for å være så viktig. {HOL 28.2}

Jødene hadde som skikk å bringe barna til en rabbiner for at han skulle legge hendene på dem og velsigne dem. Men disiplene mente at Frelserens arbeid var for viktig til å bli forstyrret av noe slikt. Når mødre kom med barna sine med bønn om at han måtte velsigne dem, var ikke disiplene blide. De mente at disse barna var altfor små til å få noe utbytte av å treffe Jesus. Men Jesus forstod den byrde og en bekymring disse mødrene bar på, at de ønsket å oppdra barna sine slik Guds ord hadde pålagt dem. Han hadde hørt deres bønn. Han hadde selv dratt dem til seg. {HOL 28.3}

En mor hadde dratt av gårde sammen med barnet sitt for å finne Jesus. På veien fortalte hun en nabo om hva hun ville gjøre, og det førte til at også hun ville til Jesus med sitt barn for å få det velsignet. Slik gikk det til at mange mødre kom sammen til Jesus med barna sine. Noen av barna var ikke småunger lenger, noen nærmet seg ungdomsalderen. Jesus lyttet til hvordan disiplene ville behandle dem. Da han så hvordan disiplene irettesatte mødrene og prøvde å sende dem bort, fordi de mente at de gjorde ham en tjeneste, viste han dem hvor feil de tok ved å si;

«La de små barn komme til meg, hindre dem ikke! For Guds rike hører slike til.» Mark 10; 14. Han løftet barna opp på fanget, la sine hender på dem og gav dem den velsignelsen de var kommet for å få. {HOL 29.4}

Mødrene var blitt trøstet. Nå kunne de vende hjem igjen, styrket og velsignet ved Kristi ord. De var blitt oppmuntret til å ta fatt på sin oppgave med å oppdra barna sine med friskt mot. {HOL 29.1}

Dersom vi hadde kunnet se hva som skjedde senere i livet til disse menneskene, ville vi ha sett hvordan disse mødrene gang på gang minnet barna sine på hva som skjedde denne dagen da Frelseren talte så kjærlig til dem. Vi ville også ha sett hvordan minnet om dette senere i livet holdt barna fra å forlate den stien som er stukket ut for dem Herren har frelst. {HOL 29.2}

Kristus er i dag den samme medlidende Frelseren som han var den gangen da han levde blant menneskene. Han er til like stor hjelp for mødre nå som da han samlet de små og tok dem opp på fanget sitt der i Judea. De barna som står oss nærmest, er like mye frikjøpt ved hans blod som barna den gangen var. {HOL 29.3}

Jesus kjenner den byrden som tynger enhver mors hjerte. Han hadde selv en mor som måtte kjempe mot fattigdom og savn, og han føler med hver eneste mor i hennes arbeid. En gang drog han ut på en lang reise for å lindre den uro en kananittisk kvinne hadde, og han er villig til å gjøre like mye for mødre i vår tid. Han gav enken av Nain hennes eneste sønn tilbake, og i sine store lidelser på korset husket han sin egen mor. I dag blir han også rørt over en mors sorg. Han ønsker å trøste og hjelpe i enhver sorg og enhver nød. {HOL 29.4}

Mødre kan komme til Jesus med sine bekymringer. Hos ham finner de den nåde de trenger for å oppdra barna sine. Portene står åpne for enhver mor som legger sine byrder ned ved Frelserens føtter. Han som sa; «La de små barn komme til meg, hindre dem ikke!», (Mark 10;14), innbyr fremdeles mødre til å komme til ham med sine små, så han kan velsigne dem. {HOL 29.5}

Når barn ble brakt til ham, så Jesus de menn og kvinner som skulle arve hans rike og bli borgere i hans rike. Noen av dem skulle komme til å bli martyrer for hans skyld. Han visste at disse små barna ville lytte til ham og ta imot ham som sin frelser langt mer villig ennde voksne, som ofte var forherdet og fylt av denne verdens visdom. Når han underviste, steg han ned på deres nivå. Han var himmelens majestet, men han svarte på spørsmålene deres og gjorde sin alvorlige undervisning så lett at de med sin enkle forstand kunne forstå den. Han sådde sannhetens sæd i hjertene deres, og i årene framover skulle den spire og bære frukt til evig liv. {HOL 29.6}

Da Jesus sa til disiplene at de ikke skulle hindre dem i å komme til ham, talte han like mye til sine etterfølgere ned gjennom alle tider - til menighetens ledere, predikanter, menighetstjenere og alle kristne. Jesus drar alle barna til seg, og han påbyr oss: La dem komme! Det er som om han vil si: De kommer hvis dere bare ikke hindrer dem. {HOL 30.1}

Vi må ikke framstille Kristus i et falskt lys gjennom en ukristelig karakter. Vi må ikke holde de små borte fra ham ved å være kalde og hardhjertet. De må aldri få noen grunn til å føle at himmelen vil være et ubehagelig sted å være hvis du også skal være der. Snakk ikke om religion som om det er noe barn ikke kan forstå, og la dem ikke få den oppfatningen at en ikke venter av dem at de skal overgi seg til Kristus mens de er små. De må ikke få det inntrykk at kristendom er noe mørkt og trist noe, og at de må gi avkall på alt som gjør livet lykkelig når de kommer til Frelseren. {HOL 30.2}

Når Den Hellige Ånd rører ved barnas hjerter, må de voksne samarbeide med ham. Fortell dem at Frelseren kaller på dem, og at ingenting gir ham større glede enn om de overgir seg til ham i ungdommens blomstrende friskhet. {HOL 30.3}

Foreldres ansvar

Frelseren har en ubeskrivelig ømhet for dem han har kjøpt med sitt eget blod. De er en del av hans kjærlighet. Han har en ufattelig lengsel etter dem. Han elsker ikke bare de best utdannede barna eller de mest tiltrekkende, men også dem som har noen uheldige karaktertrekk på grunn av arv eller fordi de er blitt forsømt. Det er mange foreldre som ikke forstår hvor stort ansvar de har for disse trekkene hos barna sine. De eier ikke den ømhet og visdom som skal til for å rette opp de feilene som de selv har skyld i. Jesus ser med sorg på slike barn, fordi han ser årsak og virkning. {HOL 30.4}

En kristen arbeider kan være et redskap for Jesus for å dra disse feilende og mangelfulle små til Frelseren. Ved takt og visdom kan han knytte dem til sitt hjerte, gi dem mot og håp, og ved Kristi nåde kan deres karakter forvandles slik at det kan bli sagt om ,dem: «Guds rike hører slike til.» {HOL 31.1}

Fem byggbrød metter en stor folkemengde

Hele dagen hadde folket flokket seg om Kristus og disiplene hans der han stod ved strandbredden og underviste. De hadde lyttet til nådens ord, så enkle og tydelige at de var som Gileads balsam for sjelene deres. Med sine guddommelige hender hadde han helbredet og brakt helse til syke og liv til døende. Dagen hadde vært for dem som himmel på jord, og de tenkte slett ikke på hvor lenge det var siden de hadde spist. Solen sank i vest, men folket ble bare værende:Til slutt gikk disiplene til ham og bad ham innstendig om at han for folkets egen skyld måtte sende dem bort. Mange var kommet langveis fra og hadde ikke spist siden tidlig på morgenen, og det var ikke noe mat å få kjøpt i byene

og landsbyene i nærheten. Allikevel sa Jesus: «Dere skal gi dem mat!» Mat 14:16. Så vendte han seg til Filip og sa: «Hvor skal vi kjøpe brød, så disse kan få noe å ete?» Joh 6:5. {HOL 31.2}

Filip så utover menneskehavet og tenkte på hvor umulig det ville være å forsyne denne store mengden med mat. Han svarte at to hundre denarer ikke ville være nok til at hver av dem kunne få litt. {HOL 31.3}

Jesus spurte hvor mye mat som fantes blant mengden. «Her er en liten gutt som har fem byggbrød og to småfisker. Men hva er det til så mange?» svarte Andreas. Jesus bad dem bringe dette til ham. Så bød han disiplene at de skulle få folket til å sette seg ned i gresset. Da dette var gjort, tok han «de fem brød og de to fiskene, så opp mot himmelen og velsignet dem. Og han brøt brødene og gav dem til disiplene, og disiplene delte ut til folket. Alle spiste og ble mette. Og de samlet opp stykkene som ble til overs - tolv kurver fulle.» Mat 14: 19,20. {HOL 31.4}

Selv om det var ved et guddommelig mirakel Jesus mettet denne store mengden, er det verd å legge merke til hvor enkel den maten han satte fram for folket, var - bare fisk og byggbrød, som var hverdagskosten for fiskerbefolkningen i Galilea. {HOL 32.1}

Kristus kunne ha dekket et rikt måltid for folket, men om han hadde gitt dem mat bare for at de skulle få tilfredsstilt appetitten sin, ville det ikke ha gitt dem noen god lærdom. Kristus ønsket å bruke dette miraklet for å lære folket noe om det å leve enkelt. Hvis menneskene i dag hadde enkle vaner og levde i harmoni med naturens lover, slik Adam og Eva gjorde i begynnelsen, ville det ha vært mer enn nok mat til alle på jorden. Men egoisme og sløseri har brakt synd og elendighet inn i verden, slik at noen lever i overflod, men andre lider stor nød. {HOL 32.2}

Jesus forsøkte ikke å vinne folk ved å fore dem med luksus. Den store menneskeskaren var utmattet og sulten etter en lang og spennende dag, og det enkle måltidet var for dem en forsikring både om hans kraft og hans ømme omsorg for dem når det gjaldt deres daglige behov. Frelseren har ikke lovt sine etterfølgere den luksus som en kan finne i denne verden. Deres lodd kan bli fattigdom. Men de har hans ord på at de skal få det de trenger, og han har gitt løfte om noe som er bedre enn alle jordiske goder, nemlig den trøst som ligger i forsikringen om at han alltid vil være med dem. {HOL 32.3}

Etter at folket hadde spist seg mette, var det enda en del mat til overs. Jesus sa til disiplene: «Sank sammen stykkene som er blitt til overs, slik at ingenting går til spille!» Joh 6:12.1 disse ordene lå det mer enn bare å samle maten i kurvene. Det lå en dobbel lærdom i dette. Ingenting må sløses bort. Vi må ikke kaste vekk noe som kan være til velsignelse. Vi må ikke forsømme noe som kan være til hjelp for andre mennesker. Alt

som kan lindre menneskers behov, bør vi ta vare på. Og med like stor interesse bør vi samle det himmelske brød som kan stille åndelige behov. Vi skal leve ved hvert Guds ord. Ingenting av det Gud har talt, må vi gå glipp av. Vi må ikke forsømme et eneste ord som angår vår evige frelse. Ikke ett ord må falle unyttig til jorden. {HOL 33.1}

Miraklet med brødene lærer oss å stole på Gud. Da Jesus mettet de fem tusen, var det ikke mat å oppdrive. Tilsynelatende hadde han ingen midler til rådighet. Der var han ute i ørkenen med fem tusen menn foruten kvinner og barn. Det var ikke han som hadde invitert mengden til å følge ham dit. De var kommet uten noen innbydelse eller uten noen ordre, men bare fordi de var ivrige etter å være der han var. Men han visste at de måtte være sultne og utmattet etter at de hadde lyttet til hans undervisning en hel dag. De var langt hjemmefra, og natten var ikke langt unna. Mange av dem hadde ikke penger å kjøpe mat for. Han, som for deres skyld hadde fastet i førti dager ute i ørkenen, ville ikke tillate dem å reise sultne hjem. {HOL 33.2}

Gud hadde ledet Jesus dit han var, og han stolte på at hans himmelske Far ville sørge for det som var nødvendig. Når vi kommer i vanskeligheter, må også vi lære å stole på Gud. I enhver prøvelse må vi søke hjelp hos ham som har ubegrensede hjelpemidler til rådighet. {HOL 33.3}

I dette miraklet mottok Kristus fra sin Far, gav det til sine disipler, som gav det til folket, som gav til hverandre. Slik vil alle som har samfunn med Kristus, ta imot livets brød fra ham og dele det ut til andre. {HOL 33.4}

Da disiplene hørte Frelserens ordre: «Dere skal gi dem mat», så de alle slags vanskeligheter for seg. De spurte om de skulle gå til byene og landsbyene og kjøpe mat, men hva sa Jesus? «Dere skal gi dem mat.» Disiplene brakte alt de hadde til Jesus, men han inviterte dem ikke til å spise. Han bad dem gi til folket. Maten ble mangfoldiggjort i hendene hans, og hver gang disiplene rakte hendene ut til Jesus, fylte han dem. Den lille porsjonen var nok til alle. Først da mengden var blitt mettet, spiste disiplene sammen med Jesus den dyrebare maten som var gitt dem fra himmelen. {HOL 33.5}

Vi har så lett for å miste motet når vi ser all nød blant fattige, lidende og uvitende. Vi spør: Hva kan vi med våre små hjelpemidler og vår lille styrke utrette for å avhjelpe denne fryktelige nøden? Skal vi ikke heller vente til noen større og sterkere tar seg av saken, eller overlate den til en eller annen organisasjon? Kristus sier: «Dere skal gi dem mat.» La oss bruke de midler, den tid og de evner vi har. Bring byggbrødene til Jesus. {HOL 34.1}

Om du ikke skulle eie nok til å mette tusener, så har du kanskje nok til å mette en. I Kristi hånd kan det bli nok til mange. Gjør som disiplene: Gi hva du har. Kristus vil mangfoldiggjøre gaven. Om vi er oppriktige og tillitsfulle, vil han belønne oss. Det som

tilsynelatende bare var noen fattige smuler, vil vise seg å være et rikt festmåltid. {HOL 34.2}

«Den som sår sparsomt, skal også høste sparsomt, og den som sår rikelig, skal høste med rik velsignelse. ... Gud er mektig til å gi dere all nåde i rikelig mål, for at dere alltid og i alle ting kan ha alt det dere trenger til, og ha overflod til all god gjerning. Som skrevet er: {HOL 34.3}

Han strødde ut, han gav til de fattige. Hans rettferdighet blir til evig tid. {HOL 34.4}

Og han som gir såmannen såkorn og brød å ete, han skal også gi dere såkorn og la det maogedoble seg, og gi vekst til fruktene av deres rettferdighet. Og så skal dere bli rik på alle ting, til oppriktig godhet.» 2 Kor 9:6-11. {HOL 34.5}

Kapitel 3 - Sammen med Gud i naturen

Da Frelseren levde her på jorden, stod han i et nært forhold til naturen og Gud. På denne måten var han et eksempel for oss og viste oss hemmeligheten bak det å leve et kraftfulIt liv. {HOL 35.1}

Jesus arbeidet ustanselig med stort alvor. Aldri har det levd noen annen som har båret et større ansvar. Aldri har noen båret en tyngre byrde av verdens sorg og synd. Aldri har noen arbeidet for menneskenes ve og vel med en slik selvoppofrende nidkjærhet. Og allikevel var han ved god helse. Både fysisk og åndelig representerte han det hellige offerlammet, som var «feilfritt og lyteløst.» I Pet l: 19. I kropp og sjel var han et eksempel på hvordan Gud vil at all mennesker skal være om vi følger hans lover. {HOL 35.2}

Når folk betraktet Jesus, så de et ansikt hvor guddommelig medfølelse var blandet med den kraft han selv var klar over at han eide. Det kunne virke som om han var omgitt aven atmosfære av åndelig liv. Han hadde en vennlig og beskjeden opptreden, men samtidig lot han menneskene føle den skjulte kraften han eide, som allikevel ikke kunne holdes helt skjult. {HOL 35.3}

Under sitt arbeid ble han stadig forfulgt av hyklerske mennesker, som ved hjelp av list forsøkte å ta hans liv. Spioner var etter ham og forsøkte å gripe ham i å si noe som de kunne anklage ham for. De skarpeste og mest lærde mennene i landet prøvde å sette ham fast. i diskusjoner. Men de kom aldri noen vei. De måtte hver gang trekke seg skamfulle tilbake fordi de var blitt satt på plass av den ydmyke læreren fra Galilea. Det lå en friskhet og en kraft i Kristi undervisning som ingen hadde møtt før. Og fiendene hans måtte innrømme: «Aldri har noe menneske talt slik som denne mann!» Joh 7:46. {HOL 35.4}

Jesus vokste opp under fattige kår uten å bli ødelagt av de dårlige vanene som lå i tiden. Han arbeidet i snekkerverkstedet, gjorde sine plikter hjemme og lærte å være flittig og lydig. Samtidig søkte han rekreasjon ute i naturen, der han hentet kunnskap og forsøkte å forstå naturens mysterier. Han studerte Guds ord, og han opplevde sine lykkeligste timer når han kunne legge til side det daglige arbeidet og gå ut på markene for å meditere mellom åssidene og samtale med Gud ute mellom fjellene eller under trærne i skogen. Tidlig om morgenen kunne man finne ham på et eller annet sted, der han mediterte, gransket skriftene eller bad. Med sang kunne han ønske morgengryet velkommen. Mens han arbeidet, kunne han lyse opp timene med lovsanger. Slik brakte han himmelens glede til trette og slitne mennesker. {HOL 36.1}

Jesus utførte store deler av sin virksomhet utendørs. Når han reiste fra sted til sted, gikk han til fots, og han underviste ofte ute i det fri. Når han skulle lære opp disiplene,

trakk hau seg ofte tilbake fra byeus larm og ut på de stille markene. Der fant hau bedre omgivelser for de lærdommer om et enkelt liv i tro og selvfornektelse som han ønsket å gi dem. Det var i skyggen av trærne på fjellskråningen ikke langt fra Galileasjøen han kalte de tolv til å være sine utvalgte disipler, og det var også der han holdt Bergprekenen. {HOL 36.2}

Kristus likte å samle folket rundt seg under den blå himmelen, på en gresslette eller på stranden. Der var han omgitt av sitt eget skaperverk, og han kunne vende folkets tanker bort fra det kunstige og til det naturlige. Han kunne lære dem om sitt eget rikes prinsipper ved å vise dem hvordan naturen vokste og utviklet seg. Når menneskene løftet sine øyne opp mot fjellene og betraktet alt det underfulle hans hender hadde skapt, kunne de lære dyrebare guddommelige sannheter. Det de på denne måten lærte av den guddommelige læremesteren, ville i framtiden stå klart for dem i naturen. Det ville virke både oppmuntrende og beroligende på dem. {HOL 36.3}

De disiplene som arbeidet sammen med Jesus, fikk ofte fri for å besøke sine egne hjem og hvile seg litt. Men det var alltid forgjeves å forsøke å få ham til å forlate arbeidet sitt. Hele dagen arbeidet han for de menneskene som kom til ham, og om kvelden eller tidlig om morgenen gikk han opp i fjellenes helligdom for å være sammen med sin Far. . {HOL 37.1}

Hans ustanselige arbeid og den stadige strid han førte mot fienden og mot rabbinernes falske lære, gjorde ham ofte så utslitt og så trett at hans mor og brødre, ja, til og med disiplene, var redde for livet hans. Men hver gang han kom tilbake fra disse bønnestundene som avsluttet en slitsom dag, merket de at det lå en fred over ansiktet hans, og at han hadde fått en friskhet, et liv og en kraft som så ut til å strømme gjennom hele ham. Etter å ha tilbrakt timer alene med Gud fortsatte han morgen etter morgen for å bringe lys fra himmelen til menneskene. {HOL 37.2}

Det var like etter at de var kommet tilbake fra sin første misjonsreise, Jesus bød disiplene om å dra avsides og hvile seg litt. Disiplene var kommet tilbake fulle av glede over den framgang de hadde hatt med å forkynne evangeliet, da de fikk høre at Herodes hadde tatt døperen Johannes av dage. Det var en bitter sorg og skuffelse for dem. Jesus visste at han ved å overlate Johannes til å dø i fengslet, kom til å sette disiplenes tro på en hard prøve. Han hadde en dyp medlidenhet med dem da han så deres sorgfulle og forgråtte ansikter, og han hadde selv tårer øynene og gråt i stemmen da han sa: «Kom med til et øde sted hvor vi kan være for oss selv, og hvil dere litt!» Mark 6:31. {HOL 37.3}

l nærheten av Betsaida, i nordenden av Galileasjøen, lå det et ensomt sted, hvor vårens grønne friskhet innbød Jesus og disiplene til å søke tilflukt. De gikk i båten og rodde over til dette stedet. Her kunne de hvile, langt borte fra den uro som var i byen. Her

kunne disiplene lytte til Kristi ord uten å bli forstyrret av fariseernes spott og anklager. Her håpet de å kunne nyte en kort stund sammen med Herren. {HOL 37.4}

Det var bare en kort tid Jesus fikk være alene sammen med disiplene sine, som han hadde så kjær, men disse øyeblikkene var svært dyrebare for dem. De snakket sammen om hvordan evangeliet skulle spres, og om hvordan de best skulle kunne nå folket. Når Jesus åpnet sannhetens skatter for dem, ble de styrket med guddommelig kraft og fylt med håp og mot. {HOL 38.1}

Men det tok ikke lang tid før folkemengden oppsporet ham. De gjettet at han hadde dratt til det stedet hvor han pleide å hvile ut, og derfor drog de også dit. Han ble skuffet i sitt håp om å få være mer enn bare en liten time alene. Men på bunnen av sitt rene, medlidende hjerte hadde denne gode hyrden bare kjærlighet og medynk for de rastløse og tørste sjelene. Hele dagen arbeidet han for å hjelpe dem, og om kvelden lot han dem dra hjem for å hvile. {HOL 38.2}

Fordi han levde et liv som fullt og helt var viet til tjeneste for andre, fant Frelseren det nødvendig å komme bort fra det daglige arbeidet og fra den nød som menneskene kom til ham med, for å søke hvile og uforstyrret samfunn med sin Far. Han drog inn mellom fjellene, og der, alene med Gud, tømte han sin sjel i bønn for alle menneskene, som var fulle av lidelse, synd og nød. {HOL 38.3}

Da Jesus sa til disiplene at høsten var stor og arbeiderne få, påla ham dem ikke å arbeide uten stans, men bød dem: «Be derfor høstens herre at han vil drive arbeidere ut til sin høst!» Mat 9:38. Til sine slitne arbeidere i våre dager taler han like virkelig som til sine første disipler disse forståelsesfulle ordene: «Kom med til et øde sted... og hvil dere litt.» {HOL 38.4}

Alle som er under opplæring av Gud, trenger en slik stund ensomhet, der de kan tømme sine egne hjerter, ute i naturen sammen med Gud. Vi skal gjennom vårt levesett vise et liv som er forskjellig fra verdens skikk og bruk, og vi må eie en personlig erfaring i å tilegne oss kunnskap om hva som er Guds vilje. Vi må personlig høre ham tale til hjertene våre. Når alle andre stemmer er tause og vi i stillhet venter for hans ansikt, så vil den stillhet som råder i sjelen, gjøre Guds stemme så mye tydeligere. Han byr oss: «Hold opp, og kjenn at jeg er Gud!» Sal 46: 11. Det er slik vi bør forberede oss for alt arbeid vi skal gjøre for Gud. Den som på denne måten har fått liv og kraft, vil midt blant rastløse mennesker og i livets jag og mas være omgitt av lys og fred. Ny styrke vil fylle både kopp og sjel. Et slikt liv vil smitte over på andre og åpenbare en guddommelig kraft som når like inn til menneskenes hjerter. {HOL 38.5}

Kapitel 4 - Troens makt

«Om jeg bare får røre ved kappen hans, så blir jeg helbredet.» Mat 9:21. Det var en stakkars kvinne som sa dette - en kvinne som i tolv år hadde lidd av en sykdom som hadde gjort hele livet hennes til en plage. Hun hadde brukt alt hun eide på leger og medisiner, bare for å bli fortalt at hennes sykdom var uhelbredelig. Men da hun fikk høre om Den Store Lege, fikk hun nytt håp. Hun tenkte med seg selv at dersom hun bare kunne komme ham nær nok så hun fikk snakke med ham, så kunne hun kanskje bli helbredet. {HOL 40.1}

Kristus var på vei hjem til Jairus, den jødiske rahbineren som hadde tryglet ham om å komme og helbrede datteren sin. «Min datter ligger på det siste. Kom og legg hendene på henne, for at hun kan bli helbredet og leve,» (Mark 5:23) var den sønderknuste mannens bønn. Disse ordene hadde rørt ved Kristi ømme hjerte, og straks drog han hjem sammen med synagogeforstanderen. {HOL 40.2}

Det gikk ikke fort, for folkemassen presset på fra alle sider. Mens han banet seg vei gjennom mengden, kom han til det stedet hvor den syke kvinnen stod. Forgjeves hadde hun flere ganger prøvd å komme nær ham. Nå var endelig anledningen der, men hun kunne ikke få seg til å snakke til ham. Hun ville heller ikke hindre ham på noen måte, for hun så at det gikk sakte nok som det allerede var, men hun hadde hørt at en kunne bli helbredet bare ved å røre ved klærne hans. Hun var redd for å gå glipp av denne enestående muligheten til å bli frisk, så hun presset seg fram og sa til seg selv: «Om jeg bare får røre ved kappen hans, så blir jeg helbredet.» {HOL 40.3}

Kristus kjente hver tanke hun hadde, og han presset seg fram til der hun stod. Han forstod hennes store nød, og han hjalp henne til å øve tro. {HOL 41.1}

Idet han gikk forbi, strakte hun seg fram og klarte så vidt å røre ved kanten av kappen hans. I samme øyeblikk visste hun at hun var blitt helbredet. I den ene berøringen var hele hennes tro samlet, og all hennes svakhet og smerte forsvant øyeblikkelig. Hun følte med en gang en elektrisk strøm som gikk gjennom hver eneste fiber i kroppen hennes. Hun var overbevist om at hun hadde fått en fullkommen helse. «Hun kjente i sitt legeme at hun var helbredet for sin plage.» Mark 5:29. {HOL 41.2}

Den takknemlige kvinnen ønsket å uttrykke hvor glad hun var for hva Den Store Lege hadde gjort for henne, han som hadde utrettet mer ved en eneste berøring enn hva andre leger hadde klart gjennom tolv lange år, men hun hadde ikke mot til å si noe. Med takknemlighet i hjertet forsøkte hun å trekke seg unna folkemassen. Men med ett stoppet Jesus, så seg om og spurte: «Hvem var det som rørte ved meg?» {HOL 41.3}

Peter stirret forundret på ham og svarte: «Mester! Folkemengden trykker og trenger deg jo! Men Jesus sa: Noen rørte ved meg, for jeg kjente at en kraft gikk ut fra meg.» Luk 8:45,46. Han kunne skjelne mellom den som berørte ham i tro, og dem som tilfeldig kom borti ham i den likegyldige folkemassen. Det var en som hadde berørt ham av en spesiell grunn og fått svar.» {HOL 41.4}

Kristus stilte ikke dette spørsmålet fordi han ikke selv visste hvem det var. Han ville lære folket, disiplene og denne kvinnen noe. Han ønsket å vekke håp hos dem som led. Han ville vise at det var kvinnens tro som hadde helbredet henne. Han ønsket å trekke fram den tillit hun hadde vist. Det var Gud som skulle bli æret gjennom den takknemlige bekjennelsen hun gav. Kristus ville ha henne til å forstå at han satte pris på den handling hun hadde utført i tro. Han ville ikke at hun skulle gå av sted bare med en halv velsignelse. Han ville at hun skulle vite at han kjente til hennes lidelser, at han var fylt av en øm kjærlighet, at han satte pris på hennes tro på at han var i stand til å frelse hver og en som kommer til ham. Kristus så på kvinnen og spurte igjen hvem som hadde rørt ved ham. Da hun skjønte at det var forgjeves å forsøke å skjule seg, kom hun skjelvende fram og kastet seg ned for føttene hans. Hun gråt av glede da hun, mens hele folket hørte på, fortalte hvorfor hun hadde rørt ved kappen hans, og hvordan hun var blitt helbredet med en gang. Hun var redd for at hun hadde spottet Gud da hun rørte ved klærne hans, men han bebreidet henne ikke. Nei, han gav henne anerkjennelse, og hans ord kom fra et mildt og kjærlig hjerte som var fylt av sympati overfor alle lidelse blant mennesker. «Datter,» sa han, «din tro har frelst deg. Gå bort i fred!» Vers 48. Tenk deg hvor oppmuntrende disse ordene måtte være for henne. Nå trengte ikke frykten for at hun hadde vært til anstøt, formørke hennes glede. {HOL 41.5}

Den nysgjerrige flokken som trykte seg sammen omkring Jesus, merket ikke noen livgivende kraft. Men den syke kvinnen som berørte ham i tro, ble helbredet. Slik er det også på det åndelige området - en tilfeldig berøring er forskjellig fra å berøre i tro. Å tro på Kristus som verdens frelser kan ikke i seg selv bringe legedom til sjelen. Å tro til frelse er ikke bare å innrømme at evangeliet er sant. En sann tro er den som tar imot Kristus som en personlig frelser. Gud gav sin enbårne Sønn for at jeg ved å tro «på ham, ikke skal fortapes, men ha evig liv,«. Når jeg lyder Kristi ord og kommer til ham, må jeg tro at jeg får del i hans frelsende nåde. Det liv jeg nå lever, må jeg leve «i troen på Guds Sønn, han som elsket meg og gav seg selv for meg». Gal 2:20. {HOL 42.1}

Det er mange som setter likhetstegn mellom tro og mening. Frelsende tro er en handling, der de som tar imot Kristus, underskriver et paktsforhold med Gud. En levende tro betyr større styrke, en fortrolig tillit, som gjør at sjelen ved Kristi nåde blir til en seirende makt. {HOL 43.1}

Troen er en mektigere seierherre enn døden. Hvis en kan få den syke til å feste blikket på Den Store Lege, ville vi kunne se store resultater. Det ville bringe liv til kropp og sjel. {HOL 43.2}

I arbeidet for dem som ligger under for dårlige vaner, skal en ikke fortelle dem om den fortvilelse og ødeleggelse som venter dem, men heller få deres blikk vendt mot Jesus. Få dem til å se fram til herligheten i himmelen. Dette vil gjøre bedre for både kropp og sjel enn all den gru og redsel som ofte blir lagt fram for de hjelpeløse og tilsynelatende håpløse, {HOL 43.3}

Frelst ved Guds nåde

Tjeneren til en romersk høvedsmann lå syk av lammelse. Romernes tjenere var slaver som ble kjøpt på torget, og de ble ofte utsatt for en grusom mishandling. Men denne høvedsmannen hadde varme og vennlige følelser overfor tjeneren sin, og han ville så gjerne at han skulle bli frisk igjen. Han trodde at Jesus kunne helbrede ham. Han hadde aldri selv sett Frelseren, men det han hadde hørt om ham, fylte ham med tro. Til tross for all den formalisme som fantes i jødenes tro, var han overbevist om at deres tro stod over hans. Han hadde allerede brutt ned de gjerdene av nasjonal fordom og nasjonalt hat som skilte erobrerne fra deres undersåtter. Han hadde vist respekt for jødenes gudstjeneste, og han hadde vist vennlighet overfor alle som tilbad jødenes Gud. Gjennom de rapportene han hadde fått om Kristi lære, hadde han funnet det som kunne tilfredsstille sjelens behov. Men han mente at han selv var uverdig til å nærme seg Jesus, og derfor henvendte han seg til noen av jødenes eldste med bønn om at de måtte få Jesus til å helbrede tjeneren hans. Nå da disse eldste kom «til Jesus, bad de ham innstendig og sa: Han er vel verd at du gjør dette for ham. For han elsker vårt folk, og det er han som har bygd synagogen for oss.» Luk 7:4.5. Men på veien hjem til høvedsmannen får Jesus en melding fra ham, som lød slik: «Herre, gjør deg ikke umak! Jeg er ikke verdig til at du går inn under mitt tak. Vers 6. {HOL 43.4}

Frelseren fortsetter allikevel på sin vei, og høvedsmannen kommer personlig imot ham for å understreke det han hadde sagt: «Derfor akter jeg meg heller ikke verdig til å gå til deg.» «Men si bare et ord, så blir gutten frisk. For jeg er selv en mann som står under overordnede, og jeg har soldater under meg. Sier jeg til en av dem: Gå! så går han, og til en annen: Kom! så kommer han, og til min tjener: Gjør dette! så gjør han det.» Vers 7. Mat 8:8,9. {HOL 44.1}

«Jeg representerer den romerske makt, og mine soldater anerkjenner min myndighet som overordnet. På samme måte representerer du den evige Guds makt, og alt som er skapt lyder ditt ord. Dersom du gir ordre om at denne sykdommen skal bort, så vil den lyde deg. Tal bare et ord, så vil tjeneren min bli helbredet.» {HOL 44.2}

«Gå hjem, det skal skje deg som du har trodd!» sa Jesus til høvedsmannen. «Og tjeneren ble helbredet i samme stund... Vers 13. {HOL 44.3}

De jødiske eldste hadde anbefalt høvedsmannen for Jesus fordi han hadde gjort godt mot «vårt folk, som de sa. De framholdt at «han er vel verd» fordi «det er han som har bygd synagogen for oss». Men høvedsmannen aktet ikke seg selv verdig. Han stolte ikke på sin egen godhet, men på Frelserens nåde. Hans eneste virkelige argument var hans eget store behov. {HOL 44.4}

På samme måte kan hvert eneste menneske komme til Kristus Han frelste oss «ikke på grunn av rettferdige gjerninger som vi har gjort, men etter sin miskunn». Tit 3:5. Er du en av dem som føler at du ikke kan håpe på å få noen velsignelser fra Gud fordi du er en synder? Husk at Kristus kom til denne verden for å frelse syndere. Vi har ingenting i oss selv som kan gjøre oss verdige framfor Gud. Det eneste vi nå og alltid kan komme til ham med, er vår absolutte hjelpeløshet, som gjør det nødvendig å ta imot frelsen fra ham. Når vi legger all vår selvtillit til side, kan vi se opp på Golgatas kors og si: «Intet bringer jeg til deg, kun til korset klynger meg.» {HOL 44.5}

«Om du kan tro, alt er mulig for den som tror.» Mark 9:23. Det er troen som setter oss i forbindelse med himmelen og gir oss kraft til å kjempe mot mørkets makter. Gjennom Kristus har Gud gitt oss en mulighet til å overvinne alle dårlige karaktertrekk i oss selv og motstå enhver fristelse, hvor sterk den enn måtte være. Men mange føler at de ikke har nok tro, og derfor holder de seg borte fra Kristus. Slike som føler at de er hjelpeløse og uverdige, må bare overgi seg til Frelserens medlidende nåde. Se ikke på deg selv, men på Kristus. Han som helbredet syke og drev ut onde ånder da han var her blant menneskene, er fremdeles den samme mektige Frelseren. Grip fatt i de løftene han har gitt, slik bladene henger fast på livets tre: «Den som kommer til meg, vil jeg slett ikke støte ut.» Joh 6:37. Når du kommer til ham, så tro at han har tatt imot deg fordi han har lovt det. Du kan aldri gå fortapt når du gjør dette - aldri. «Gud viser sin kjærlighet til oss ved at Kristus døde for oss mens vi ennå var syndere.» Rom 5:8. {HOL 45.1}

«Er Gud for oss, hvem er da imot oss? Han som ikke sparte sin egen Sønn, men gav ham for oss alle, hvordan skulle han kunne annet enn å gi oss alle ting ved ham.» Rom:8:31,32. «For jeg er viss på at verken død eller liv, verken engler eller krefter, verken det som nå er eller det som komme skal, eller noen makt, verken høyde eller dybde eller noen annen skapning skal kunne skille oss fra Guds kjærlighet i Kristus Jesus, vår Herre.» Versene 38,39. {HOL 45.2}

Du kan gjøre meg ren

Av alle sykdommer som var kjent i Midt-østen, var spedalskhet den som var mest fryktet. Selv de modigste ble fylt med frykt når de tenkte på hvor uhelbredelig og

smittsom den var, og hvor forferdelig den virket på dem som var angrepet av denne sykdommen. Blant jødene ble den sett på som en straff for synd, og derfor ble den gjerne kalt «slaget» eller «Guds finger». Den ble betraktet som et symbol på synd fordi den var så alt omfattende, uhelbredelig og drepende. {HOL 46.1}

Ifølge sermoniloven ble spedalske erklært for urene. Alt de rørte ved, ble urent. Luften ble forurenset ved at de pustet. De ble utelukket fra alle steder der det bodde noen, som om de allerede var døde. Dersom det var mistanke om at noen hadde denne sykdommen, måtte de tre fram for prestene, som skulle undersøke dem og avgjøre saken. Dersom et menneske ble erklært for spedalsk, ble det skilt ut fra familien, utelukket fra fellesskapet i Israel og dømt til å være sammen med andre som led av samme sykdom. Heller ikke konger og fyrster var unntatt fra dette. Om en monark ble angrepet av denne fryktelige sykdommen, måtte han gi avkall på septeret og trekke seg bort fra samfunnet. {HOL 46.2}

Borte fra slektninger og venner måtte den spedalske bære forbannelsen av den sykdommen han led av. Han hadde plikt på seg til å kunngjøre for andre hvilken ulykke han var kommet i; han måtte sønderrive sine klær og rope ut en advarsel til alle han møtte, så de kunne komme seg unna og slippe å bli smittet. Ropet: «Uren! Uren!» med klagende stemme fra den ensomme utstøtte var en advarsel folk lyttet til med avsky og frykt. {HOL 46.3}

I det området hvor Jesus drev sitt arbeid, var det mange som led på denne måten, og etter hvert som nyhetene om alt det han utrettet nådde dem, begynte troen å spire hos en av dem. Dersom han bare kunne komme til Jesus, ville han sikkert kunne bli helbredet. Men hvordan kunne han finne Jesus? Han var dømt til å leve isolert - hvordan kunne han da komme seg til Den Store Lege? Og ville Kristus helbrede ham? Kanskje ville han, som fariseerne og til og med legene, bare kaste en ny forbannelse over ham og forlange at han skulle komme seg bort fra der det fantes mennesker? {HOL 46.4}

Han tenker på alt det han var blitt fortalt om Jesus. Ikke en som hadde søkt hjelp hos ham, var blitt avvist. Den ulykkelige mannen bestemmer seg for å finne Frelseren. Selv om han var utelukket fra byene, så kunne det jo hende at han kunne treffe på ham på en eller annen sti langs fjellskråningen eller et sted der han underviste utenfor byene. Vanskelighetene er store, men dette er det eneste håpet han har. {HOL 47.1}

Han står langt unna, men den spedalske oppfatter noen få ord av det Frelseren sier. Han ser hvordan han legger sine hender på de syke. Han ser hvordan lamme, blinde, halte og slike som var nær ved å dø, står opp friske og sunne og priser Gud for at de er blitt befridd fra plagene sine. Han blir styrket i sin tro. Litt etter litt nærmer han seg den store skaren som står omkring og lytter. De forbud han har fått, folkets sikkerhet, den frykt

som alle har for ham - han glemmer det alt sammen. Det eneste som nå står i hodet på ham, er et herlig håp om å bli helbredet. {HOL 47.2}

Han er avskyelig å se på. Sykdommen har satt fryktelige merker på ham, og den ødelagte kroppen hans er et redselsfullt syn. Folket flykter unna når de får øye på ham. Redde trekker de seg sammen for å unngå å komme borti ham. Noen forsøker å hindre ham i å komme bort til Jesus, men forgjeves. Han verken ser eller hører dem, Han legger ikke merke til deres hatefulle blikk. Han ser bare Guds Sønn og hører bare den stemmen som taler liv til de døende.» {HOL 47.3}

Mens han baner seg vei fram mot Jesus og kaster seg ned for føttene hans, roper han: «Herre! om du vil, så kan du gjøre meg ren.» Jesus svarer idet han legger sine hender på ham: «Jeg vil, bli ren!» Mat 8:2,3. {HOL 48.1}

øyeblikkelig skjer det en forandring med den spedalske. Blodet blir friskt, nervene følsomme og musklene faste. Den unaturlige hvite, skallete huden som er så typisk for spedalskhet, forsvinner, og kjøttet blir like friskt som på et lite barn. {HOL 48.2}

Dersom prestene hadde fått vite hvordan denne spedalske egentlig var blitt helbredet, ville kanskje det hatet de på forhånd hadde mot Kristus, fått dem til å felle en upartisk dom. Derfor bad han ham om ikke å fortelle noen om at han var blitt helbredet, men straks stille seg fram i templet med et offer før ryktene om miraklet kom ut blant folk. Før prestene kunne ta imot et slikt offer, ble det krevd at den som ville ofre ble undersøkt, så de kunne bekrefte at han var blitt fullstendig frisk igjen. Prestene undersøkte mannen, og de samme som hadde dømt den spedalske til å holde seg borte fra mennesker, måtte nå bevitne at han var blitt helbredet. Han fikk igjen tillatelse til å bo hjemme og ta del i samfunnslivet. Han kjente at helsen er en dyrebar gave. Han gledet seg over at han hadde fått sin fulle kraft tilbake igjen, og at han kunne være sammen med familien sin. Han kunne ikke lenger skjule for andre at han var blitt helbredet, og uten å bry seg om den advarslen Jesus hadde gitt ham, gikk han jublende omkring og fortalte hvem det var som hadde gjort ham frisk. {HOL 48.3}

Det står skrevet at da denne mannen kom til Jesus, var han spedalsk. Denne sykdommens dødlige gift hadde angrepet hele kroppen hans. Disiplene forsøkte å hindre Mesteren i å komme borti ham, fordi den som rørte ved en spedalsk, ble selv regnet som uren. Men da Jesus la hånden på den spedalske; ble han slett ikke smittet. Sykdommen ble tatt bort. Slik er det også med syndens spedalskhet - dypt rotfestet, dødelig og umulig å få bort ved menneskelig kraft. «Hvert hode er sykt, og hvert hjerte er svakt. Fra fotsåle til hode er ingenting helt. Her er bare sår, skrammer og åpne sår.» Jes l :5,6. Men Jesus, som kom for å bo blant menneskene, ble ikke smittet av dette. Der han var kunne synderen finne helbredelse. Hver og en som faller ned for hans føtter og sier i tro:

«Herre! Om du vil, så kan du gjøre meg ren,» vil få dette svaret: «Jeg vil, bli ren!» {HOL 48.4}

Noen ganger lot ikke Jesus dem han helbredet kjenne den velsignelsen de søkte med en gang. Men når det gjaldt denne spedalske, fikk han umiddelbart det han bad om. Når vi ber om jordiske velsignelser, kan det hende at svaret ikke kommer med en gang, eller så vil kanskje Gud gi oss noe annet enn det vi ber om. Men slik er det ikke når vi ber om tilgivelse for synd. Det er hans vilje å rense oss fra synd, å gjøre oss til sine barn og sette oss i stand til å leve et rent liv. Kristus «gav seg selv for våre synder for å fri oss ut fra den nåværende onde verden, etter vår Guds og Fars vilje.» Gal 1:4. «Og dette er den frimodige tillit vi har til ham, at dersom vi ber om noe etter hans vilje, så hører han oss, og dersom vi vet at han hører oss, hva vi enn ber om, da vet vi at vi har fått våre bønneemner oppfylt hos ham.» l Joh 5:14,15. {HOL 49.1}

Jesus så dem som hadde det vondt, dem som var tunge om hjertene, dem som ikke lenger så noe håp, dem som prøvde å dempe sin innerste lengsel med jordiske gleder, og han innbød dem alle til å komme og finne hvile hos ham. {HOL 49.2}

Dere skal finne hvile.

Han talte mildt til dem som strevde hardt, og sa:«Ta mitt åk på dere og lær av meg, for jeg er saktmodig og ydmyk av hjertet. Så skal dere finne hvile for deres sjeler.» Mat 11,29. {HOL 49.3}

Disse ordene er rettet til alle mennesker. Enten de vet det eller ikke, så strever alle, og alle er trette. Alle bærer på store byrder som bare Kristus kan ta bort. Den tyngste av alle byrder er syndebyrden. Dersom vi ble overlatt til å bære denne byrden alene, ville den knuse oss. Men han som er uten synd, har stilt seg i vårt sted. «Herren lot den skyld som lå på oss alle, ramme ham.» Jes 53:6. {HOL 49.4}

Han har båret byrden av vår skyld. Han vil fjerne det som tynger våre skuldre. Han vil gi oss hvile. Han vil også bære våre sorger og bekymringer. Han ber oss om å kaste all vår sorg på ham, for han bærer oss alle i sitt hjerte. {HOL 49.5}

Vi har en bror som sitter ved den evige tronen. Han holder øye med hver eneste en som vender seg til ham som sin frelser. Av egen erfaring kjenner han menneskenes svakheter, de mangler vi har og den makt fristelser kan ramme oss med, for han «er prøvet i alt i likhet med oss, men uten synd».Heb 4:15. Han våker over deg, du skjelvende Guds barn. Blir du fristet? Han vil sette deg fri. Er du svak? Han vil gi deg styrke. Er det noe du gjerne skulle vite? Han vil gi deg lys. Er du såret? Han vil helbrede deg. Herren «fastsetter stjernenes tall», og allikevel helbreder han «dem som har et sønderknust hjerte, og forbinder deres smertefulle sår». Sal 147:3,4. {HOL 50.1}

Samme hvor store dine prøvelser og bekymringer er, så legg dem fram for Herren. Da vil du få åndsstyrke til å holde ut. Veier vil bli åpnet for deg så du kan bli løst fra byrder og vanskeligheter. Jo svakere og mer hjelpeløs du kjenner deg i deg selv, desto sterkere blir du i hans kraft. Jo tyngre byrdene er, desto herligere vil det føles å få lagt dem på ham som bærer alle byrder. {HOL 50.2}

Omstendigheter kan skille oss fra venner, og urolige bølger på det store hav kan rulle mellom dem og oss. Men ingen omstendigheter eller avstand kan skille oss fra Frelseren. Uansett hvor vi er vil han være der ved vår høyre side for å støtte, bevare og oppmuntre oss. Kristi kjærlighet til dem han har frelst, er større enn en mors kjærlighet til sitt barn. Det er en forrett å få lov til å stole på hans kjærlighet og si: «Jeg stoler på ham, for han gav sitt liv for meg.» Menneskers kjærlighet kan forandres, men Kristi kjærlighet kjenner ingen forandring. Når vi roper om hjelp til ham, rekker han ut sin hånd for å frelse. {HOL 50.3}

Kapitel 5 - Når sjelen blir helbredet

Mange av dem som kom til Kristus for å få hjelp, hadde selv skyld i at de var blitt syke, men allikevel nektet han ikke å helbrede dem. Og når kraften fra ham trengte inn i disse menneskene, ble de overbevist om synd, og mange ble helbredet for både sine åndelige lidelser og fysiske sykdommer. {HOL 52.1}

Blant disse var den lamme i Kapernaum. På samme måte som den spedalske hadde han gitt opp alt håp om å bli frisk. Sykdommen hans var kommet som en følge av et syndig liv, og samvittighetsnag forverret lidelsene for ham. Forgjeves hadde han gått til fariseerne og legene for å få hjelp, men de erklærte ham for uhelbredelig, fordømte ham som en synder og fortalte ham at han ville dø under Guds vrede. {HOL 52.2}

Den lamme mannen var sunket ned i fortvilelse. Da fikk han høre om alt det Jesus gjorde. Andre som var like syndige og hjelpeløse som ham, var blitt helbredet, og han fikk mot til å tro at også han kunne bli gjort frisk om han bare kunne bli brakt til Frelseren. Selv om han mistet noe av håpet når han tenkte på hvorfor han var blitt syk, klarte han allikevel ikke å oppgi tanken på at han kanskje kunne bli frisk igjen. {HOL 52.3}

Hans største ønske var å bli løst fra syndebyrden. Han lengtet etter å få møte Jesus og bli forsikret om at han kunne bli tilgitt for sin synd og få fred med himmelen. Da ville han være tilfreds med å leve eller dø, hva det nå var som var Guds vilje. {HOL 52.4}

Det var ingen tid å miste. Den forkomne kroppen hans bar allerede dødens merker. Han bad vennene sine om å bære seg på sengen til Jesus, noe de gjorde med glede. Men det var så tett med mennesker omkring huset der Jesus var at det var umulig for den syke mannen eller vennene hans å komme fram til ham eller å komme så nær at de kunne høre stemmen hans. Jesus underviste i Peters hjem. Som vanlig satt disiplene hans tett inn til ham, og dessuten «satt det noen fariseere og skriftlærde der. De var kommet fra hver by i Galilea og Judea og Jerusalem». Luk 5: 17. Mange av disse var kommet som spioner for å finne noe å anklage Jesus for. Bak disse stod en blandet flokk av ivrige, oppriktige, nysgjerrige og vantro. Forskjellige folkeslag og alle samfunnsklasser var representert. «Og Herrens kraft var hos ham til å helbrede.» Vers 17. Livets ånd lå over forsamlingen, men fariseerne og de skriftlærde merket det ikke. De følte ikke at de hadde behov for noe av det Jesus kunne gi, verken helbredelse eller noe annet. «Hungrende mettet han med gode gaver, men rikfolk sendte han tomhendte bort.» Luk 1:53. {HOL 53.1}

Om og om igjen forsøkte de som bar den lamme, å bane seg vei gjennom folkemengden, men forgjeves. Fortvilt og engstelig så den syke mannen seg omkring. Var det mulig at han måtte oppgi håpet nå da den hjelpen han hadde lengtet etter så lenge,

var så nær? Han foreslo at vennene skulle bære ham opp på hustaket. Der brøt de opp et hull og firte ham ned foran Jesus. {HOL 53.2}

Talen ble avbrutt. Frelseren så ned på det sørgmodige ansiktet og de bedende øynene som var rettet mot ham. Han kjente godt til den lengselen denne sorgtunge mannen hadde. Det var Jesus som hadde talt til samvittigheten hans mens han ennå var hjemme. Da han vendte om fra sine synder og trodde at Jesus hadde kraft til å gjøre ham frisk, hadde Frelserens nåde brakt velsignelse til hjertet hans. Jesus hadde lagt merke til hvordan den første gnist av tro hadde flammet opp til å bli en overbevisning om at han var synderes eneste håp, og han hadde sett at dette vokste seg stadig sterkere i den lamme etter hvert som han gjorde forsøk på å komme i nærheten av Jesus. Det var Kristus som hadde dratt den lidende til seg. Med ord som lød som den herligste musikk i øret, sa Frelseren: «Vær frimodig, sønn! Dine synder er deg forlatt!» Mat 9:2. {HOL 53.3}

Syndebyrden faller bort fra den syke mannens sjel. Han kan ikke tvile. Det Kristus sa viser hans evne til å lese hjertets tanker. Hvem kan nekte for at han har makt til å tilgi synd? Det kommer håp istedenfor fortvilelse, glede istedenfor et trykkende mørke. Mannens fysiske smerte er borte, og hele hans vesen er forandret. Uten å be om noe mer ligger han stille, altfor lykkelig til å kunne si noe. {HOL 54.1}

l åndeløs spenning betraktet de mange som var tilstede, hver minste detalj i denne merkelige hendelsen. Mange følte at Kristi ord var en innbydelse også til dem. Var ikke de også sjelelig syke på grunn av synd? Var ikke de også ivrige etter å bli fri fra denne byrden? {HOL 54.2}

Men fariseerne, som var redde for å miste den makt de hadde over folket, sa i sine hjerter: «Han spotter Gud! Hvem kan forlate synder uten en, det er Gud?» Mark 2:7. Da Jesus rettet blikket mot dem, vek de forskrekket unna. Han sa: «Hvorfor har dere onde tanker i hjertet? Hva er lettest å si: Dine synder deg forlatt - eller å si: Stå opp å gå? Men for at dere skal vite at Menneskesønnen har makt på jorden til å forlate synder - og nå taler han til den lamme: Stå opp, ta din seng og gå hjem til ditt hus.» Mat 9:4-6. {HOL 54.3}

I samme øyeblikk reiste han som var blitt båret til Jesus, seg opp på føttene med ungdommelig spenst og styrke. Straks tok han sengen «og gikk ut for øynene på dem alle, så alle ble ute av seg selv av undring. Og de priste Gud og sa: Slikt har vi aldri sett.» Mark 2:12. {HOL 54.4}

Det var ikke noe mindre enn skaperkraft som trengtes for å gjøre et så ødelagt legeme friskt igjen. Den samme stemmen som hadde gitt liv til mennesket da det ble skapt av jordens støv, hadde gitt nytt liv til den lamme som holdt på å dø. Den samme kraften som hadde gitt legemet liv, hadde også fornyet mannens hjerte. Han som ved skapelsen «talte,

og det skjedde», som «bød, og det stod der» (Sal 33:9), hadde gitt liv til en sjel som var død ved overtredelser og synder. Legemet ble helbredet som bevis på den makt som hadde fornyet hjertet. Kristus bød den lamme om å stå opp og gå «for at dere skal vite,» sa han, «at Menneskesønnen har makt på jorden til å forlate synder.» {HOL 54.5}

Den lamme fant hos Jesus helbredelse for både kropp og sjel. Før han kunne lære å sette pris på et sunt legeme, trengte han en sunn sjel. Før Kristus kunne helbrede mannen for den fysiske sykdommen, måtte han gi sinnet lindring og rense sjelen for synd. Dette er en lekse vi ikke må hoppe over. I dag finnes det tusener som lider av fysiske sykdommer, men som i likhet med den lamme mannen lengter etter å høre budskapet: «Dine synder er deg forlatt.» En byrde av synd, med all den uro og umettete lengsler dette innebærer, danner grunnlaget for deres sykdommer. De finner ingen lindring før de kommer til ham som kan lege sjelen. Den fred som bare han kan gi, vil bringe sjelen ny styrke og legemet ny helse. {HOL 55.1}

Helbredelsen av den lamme virket på folk som om himmelen hadde åpnet seg og åpenbarte de herligheter som finnes i en bedre verden. Mannen som var blitt helbredet, gikk gjennom mengden og priste Gud for hvert skritt, mens han bar sin byrde så lett som fjær, og folk trakk seg tilbake for å gi ham plass. De stirret forskrekket på hverandre og hvisket seg imellom: I dag har vi sett utrolige ting!» Luk 5:26. {HOL 55.2}

Hjemme hos dem lamme var det stor glede da han kom tilbake til familien med den samme båren under armen som han kort tid i forveien ganske langsomt var blitt brakt bort på. De samlet seg om ham og gråt av glede, mens de nesten ikke turde tro sine egne øyne. Nå stod han der foran dem med en manns fulle kraft. Armene, som før hadde vært så livløse, kunne han nå bruke som han ville. Musklene, som før hadde vært slappe og blyfargede, var nå friske og spenstige. Han gikk med faste, lette skritt. Folk kunne lese glede og håp i hvert trekk i ansiktet hans, og istedenfor merkene av synd og lidelse var det kommet et uttrykk av renhet og fred. Glede og takk steg opp fra dette hjemmet, og Gud ble forherliget gjennom sin Sønn, som hadde latt den håpløse få håpet igjen og den slagne sin styrke tilbake. Denne mannen og familien hans var nå beredt til å gi sitt liv for Jesus. Ingen tvil formørket deres tro, ingen vantro svekket den hengivenhet de hadde for ham som hadde brakt lys inn i det hjemmet som hadde vært så trist. {HOL 55.3}

«Min sjel, lov Herren, og alt som i meg er, love hans hellige navn! Min sjel, lov Herren, og glem ikke alle hans velgjerninger! Han som forlater all din misgjerning, som leger alle dine sykdommer. Han som løser ditt liv fra graven. ... Han som metter din sjel med det som godt er, så du blir ung igjen som ørnen. Herren handler rettferdig, han gir rett til alle undertrykte. ... Han gjør ikke med oss etter våre synder. og gjengjelder oss ikke etter våre misgjerninger. ... Som en far forbarmer seg over sine barn, forbarmer

Herren seg over dem som frykter ham. For han vet hvordan vi er skapt, han kommer i hu at vi er støv.» Sal 103:1-14. {HOL 56.1}

«Vil du bli frisk?»

«Ved Fåreporten i Jerusalem er det en dam som på hebraisk heter Betesta. Den har fem søyleganger. l disse lå det en mengde syke - blinde, lamme, vanføre. For en Herrens engel steg fra tid til annen ned i dammen og rørte opp vannet.» Joh 5:2-4. {HOL 56.2}

Til visse tider ble vannet i denne dammen opprørt, og folk trodde at årsaken var en overnaturlig kraft, og at den som kom seg først ned i vannet etter at det var blitt opprørt, ble helbredet fra hvilken som helst sykdom. Hundrevis av syke besøkte stedet, men når vannet ble opprørt, var trengselen så stor at de som styrtet fram tråkket ned menn, kvinner og barn som var svakere enn dem selv. Mange klarte aldri å komme seg ned til dammen, og mange av dem som klarte det døde ved bredden av den. Rundt omring stedet var det blitt bygd hytter hvor de syke kunne finne ly mot heten.om dagen og kulden om natten. Det var noen som bodde i disse hyttene om natten, og dag etter dag drog de seg bort til dammen med et forgjeves håp om å bli helbredet. {HOL 56.3}

Jesus var i Jerusalem, og det kunne virke som om han bare gikk omkring i meditasjon og bønn. Da han kom fram til dammen, så han de stakkars syke som lå og ventet på det de mente var deres eneste sjanse til å bli frisk. Han lengtet etter å bruke sin helbredende kraft og gjøre frisk alle dem som led. Men det var sabbat. Folk gikk i store flokker til tempelet for å tilbe, og han visste at en slik helbredelse ville vekke jødenes fordommer så sterkt at det ville kunne stoppe all hans virksomhet. {HOL 57.1}

Men Frelseren så et ytterst elendig sykdomstilfelle. Det var en mann som hadde vært en hjelpeløs krøpling i 38 år. Den sykdommen han led av, var i stor grad et resultat av hans egne dårlige vaner, og folk så på ham som en som var straffet av Gud. År etter år hadde han levd i stor elendighet, alene og uten venner, og han følte at han var stengt ute fra Guds nåde. Ved den tiden da det var forventet at vannet kom til å bli opprørt, ville de som syntes synd på de syke, bære dem ned til dammen. Men da dette øyeblikket kom, hadde denne krøplingen ingen som ville hjelpe ham. Han hadde sett at vannet rørte på seg, men han var aldri kommet lengre enn til kanten av dammen. Andre som var sterkere enn ham selv, var alltid først uti. Den stakkars, hjelpeløse krøplingen var ikke i stand til å hamle opp med den kjempende og egoistiske mengden. I lang tid hadde han forsøkt å klare det, men frykten for å mislykkes og de stadige skuffelsene holdt på å tære bort de få kreftene han ennå hadde tilbake. {HOL 57.2}

Den syke mannen lå på matten sin og løftet hodet sitt nå og da for å se ned på dammen, da et vennlig og medlidende ansikt bøyde seg over ham og sa: «Vil du bli frisk?» Oppmerksomheten hans ble fanget med det samme, og hjertet hans ble fylt med

håp. Han følte at på en aller annen måte ville han nå få hjelp. Men håpets glød ble fort borte. Han husket hvor mange ganger han hadde forsøkt å nå fram til dammen, og nå hadde han liten utsikt til å leve til den ble opprørt igjen. .Han vendte seg utmattet bort og sa: «Herre, jeg har ingen til å kaste meg ut i dammen når vannet blir opprørt. Og i det samme jeg kommer, stiger en annen ned før meg.» {HOL 57.3}

«Da sier Jesus til ham: Så opp, ta din seng og gå!» Joh 5:6-8. Med nytt håp ser den syke mannen på Jesus. Ansiktsuttrykket og stemmen hans er ulik alle andres. Bare det at han var der, gav ham en følelse av kjærlighet og kraft. Krøplingens tro griper fatt i Kristi ord. Uten å nøle bestemmer han seg for å lyde, og nettopp dette gir ham kraft til å handle. {HOL 58.1}

Hver nerve og muskel dirrer av ny kraft, og de forkrøplede lemmene hans blir som om de var nye. Han springer opp på føttene sine og går av sted med faste, lette skritt mens han priser Gud og jubler over den nye styrken han har fått. {HOL 58.2}

Jesus hadde ikke gitt den lamme noe løfte om guddommelig hjelp. Mannen kunne ha sagt: «Herre, hvis du vil gjøre meg frisk, skal jeg gjøre alt du ber meg om.» Han kunne ha begynt å tvile, og på den måten mistet denne ene sjansen til å bli helbredet. Men nei, han trodde Kristi ord, trodde at han var blitt helbredet. Han forsøkte med en gang, og Gud gav ham kraft. Han hadde vilje til å gå, og han gikk. Han tok Kristus på ordet, og han ble helbredet. {HOL 58.3}

Gjennom synd er vi blitt skilt fra et liv sammen med Gud. Sjelene våre er lamme l oss selv er vi ikke mer i stand til å leve et hellig liv enn denne syke mannen var til å gå. Det er mange som innser at de er hjelpeløse. De lengter etter et åndelig liv i harmoni med Gud, og de strever for å oppnå det. Men forgjeves. l fortvilelse roper de: Jeg elendige menneske! Hvem skal fri meg fra dette dødens legeme!». Rom 7:24. Hvis du er et slikt motløst og kjempende menneske, må du lære deg til å se opp. Frelseren bøyer seg over dem han har løskjøpt med sitt eget blod, og sier med en usigelig ømhet og medynk: «Vil du bli frisk?» Han ber deg om å stå opp med full helse og fred. Vent ikke til du føler at du er blitt frisk. Tro Frelserens ord. Legg din vilje på Kristi side. Bestem deg for å tjene ham, og når du tar ham på ordet, vil du motta kraft. Uansett hvilke onde vaner du har ligget under for, og hvilke sterke lidenskaper du gjennom lang tid har vært bundet av, så er Kristus i stand til og lengter etter å sette deg fri. Han vil gi liv til mennesker som er «døde ved... overtredelser og synden.. Ef 2: 1. Han vil sette fri dem som er fanger under svakhet og ulykke, og som er bundet av syndens lenker. {HOL 58.4}

Tanken på synd har forgiftet livets kilde for oss. Men Kristus sier: «Jeg vil ta bort dine synder, jeg vil gi deg fred. Jeg har kjøpt deg fri med mitt eget blod. Du er min. Min nåde vil gi styrke til din svake vilje. Jeg vil ta bort din sorg over synd.» Når fristelsene stormer imot deg, når bekymringer og vanskeligheter omgir deg, når du nedtrykt og

mismodig holder på å gi opp i fortvilelse, så se på Jesus. Da vil det mørket som omgir deg bli drevet bort av hans klare lys. Når synden kjemper for å få herredømme over sjelen din og tynger samvittigheten din, så fest blikket på Frelseren. Hans nåde er nok til å seire over synden. La hjertet, selv om det skjelver av uvisshet, vende seg i takknemlighet til ham. Grip fatt i det håpet som er satt fram for deg. Kristus venter på å ta deg inn i sin familie. Hans styrke vil hjelpe der du er svak. Han vil veilede deg skritt for skritt. Legg din hånd i hans hånd, og la ham lede deg. {HOL 59.1}

Du må aldri tro at Kristus er langt borte. Han er alltid like ved og omgir deg med sin kjærlighet. Oppsøk ham som om det er en selvfølge at du skal finne ham. Han vil at du ikke bare skal røre ved kappen hans, men også at du skal være i et uavbrutt samfunn med ham. {HOL 59.2}

«Gå hort, og synd ikke mer!»

Løvhyttefesten var nettopp over. Prestene og de skriftlærde hadde ikke lykkes i å gripe Jesus, og da kvelden kom, står det skrevet at «de gikk hjem, hver til sitt. Men Jesus gikk ut til Oljeberget.» Joh 7:53. 8:1. {HOL 59.3}

Jesus ville bort fra all støy og uro i byen, bort fra folkehopens sensasjonshunger og rabbinernes angrep. Derfor søkte han til den stille olivenskogen, hvor han kunne være alene med Gud. Men tidlig om morgenen gikk han tilbake til templet, og da folket samlet seg om ham, satte han seg ned og lærte dem. {HOL 59.4}

Han ble snart avbrutt. Noen fariseere og skriftlærde slepte en skrekkslagen kvinne bort til ham. Med harde, fordømmende stemmer erklærte de at hun hadde brutt det sjuende budet. De skjøv henne fram for Jesus og sa med hyklersk respekt: «Mester, denne kvinnen er grepet på fersk gjerning i hor. I loven har Moses påbudt oss at slike kvinner skal steines. Hva sier nå du?» Versene 4,5. {HOL 60.1}

Bak deres påtatte ærbødighet lå det skjult en listig plan om å få grepet ham. Dersom Jesus frikjente kvinnen, kunne han bli anklaget for å ringakte Moseloven. Dersom han erklærte henne skyldig til døden, kunne de anklage ham for romerne som en som tok på seg en myndighet som bare de hadde. {HOL 60.2}

Jesus tok et overblikk over situasjonen: Det skrekkslagne offeret som skalv av redsel, og de nådeløse høye herrer, som manglet enhver form for medmenneskelighet. Hans fullkomne personlighet tok avstand fra det han så. Uten å vise at han hadde hørt hva de spurte ham om, bøyde han seg ned og skrev noe med fingeren på jorden. {HOL 60.3}

Anklagerne ble utålmodige av at han tilsynelatende ikke brydde seg om dem, og de trengte seg nærmere for å tvinge ham til å si noe. Men da de så ned på bakken, hvor Jesus

holdt på å skrive, ble de tause. Der, like foran øynene deres, stod skrevet alle de hemmelige syndene de selv hadde på samvittigheten. {HOL 60.4}

Jesus rettet seg opp og stirret på disse onde lederne av folket. Så sa han til dem: «Den av dere som er uten synd, han skal kaste den første stein på henne. Så bøyde han seg ned igjen, og skrev på jorden.» Versene 7,8. {HOL 60.5}

Han hadde verken satt til side Moseloven eller krenket romernes myndighet. Anklagerne var slått. Han hadde revet av dem deres kappe av påtatt hellighet, og der stod de, skyldige og fordømte overfor ham som var plettfri fra evighet av. De skalv av frykt for at deres skjulte synder skulle bli avslørt for folket, og de snek seg bort med bøyd hode og senket blikk. Offeret de hadde brakt med seg, lot de være igjen hos den medfølende Frelseren. {HOL 60.6}

Jesus reiser seg og ser på kvinnen. «Kvinne, hvor er de?» sa han. «Har ingen fordømt deg? Hun sa: Ingen, herre! Og Jesus sa: Heller ikke jeg fordømmer deg. Gå bort, og synd ikke mer!» Versene 10, 11. {HOL 61.1}

Kvinnen hadde stått skjelvende av frykt foran Jesus. Da han sa: «Den av dere som er uten synd, han skal kaste den første stein på henne», hadde hun følt at hun ble dømt til døden. Hun turde ikke se opp på Frelserens ansikt, men ventet bare stille på dommen. Forbauset så hun at anklagerne hennes forlot stedet tause og forvirret. Og så lød disse håpefulle ordene i ørene hennes: «Heller ikke jeg fordømmer deg. Gå bort, og synd ikke mer!» Hjertet hennes var knust, og hulkende kastet hun seg ned for Jesu føtter. Der gav hun uttrykk for sin takknemlige kjærlighet og bekjente med bitre tårer sine synder. {HOL 61.2}

Dette var for henne begynnelsen på et nytt liv, et liv i renhet og fred viet til tjeneste for Gud. Ved å løfte dette falne mennesket opp utførte Jesus et større mirakel enn da han helbredet de verste fysiske sykdommene. Her helbredet han en åndelig sykdom som fører til evig død. Denne angrende kvinnen ble en av hans mest trofaste tilhengere. Hun viste sin takknemlighet for at han hadde vist henne nåde og tilgitt henne, ved selv å vise en selvoppofrende kjærlighet og hengivenhet. Verden hadde ikke noe annet å tilby denne feilende kvinnen enn hån og forakt. Men han som er uten synd, hadde medynk med hennes svakhet og rakte henne en hjelpende hånd. De skinnhellige fariseerne kom fram med sine anklager, men Jesus sa til henne: «Gå bort, og synd ikke mer!» {HOL 61.3}

Jesus vet hvordan hvert eneste menneske har det. Jo større skyld en synder har, desto større behov har han for Frelseren. De som er aller mest viklet inn i fiendens snarer, er mer enn noen andre gjenstand for hans guddommelige kjærlighet og sympati. Han har undertegnet menneskehetens frigjøringsdokument med sitt eget blod. {HOL 62.1}

Jesus ønsker ikke at de som han har kjøpt for en så høy pris, skal bli bytte for Satans fristelser. Han vil ikke at vi skal bli overvunnet og gå fortapt. Han som lukket løvens munn i løvehulen og gikk sammen med sine trofaste vitner inn i ildovnen, er like villig til å støtte og hjelpe oss til å overvinne alt det onde i vår natur. I dag står han foran nådens alter og bærer fram for Gud de bønnene som blir sendt opp av dem som ønsker hans hjelp. Han støter aldri bort et menneske som virkelig angrer. Han er glad for å kunne tilgi alle som kommer til ham for å få tilgivelse og et nytt liv. Han røper aldri alt det han kunne fortalt, men han ber hvert skjelvende menneske fatte nytt mot. Hver den som vil kan gripe fatt i Guds kraft og slutte fred med ham, og han vil gi dem fred. {HOL 62.2}

Jesus løfter dem som søker tilflukt hos ham, opp over alle menneskers anklager og onde tunger. Verken mennesker eller onde engler kan skade slike mennesker. Kristus forener dem med sin egen guddommelige-menneskelige natur. Foran Guds trone stå de ved siden av ham som bærer all verdens synd. Jesu Kristi blod «renser oss fra all synd». I Joh 1:7. {HOL 62.3}

«Hvem vil anklage Guds utvalgte? Gud er den som rettferdiggjør. Hvem er den som fordømmer? Kristus er den som er død, ja, mer enn det: som også er oppstått, som også er ved Guds høyre hånd, som også går i forbønn for oss Rom. 8:33,34. {HOL 62.4}

Kristus viste at han hadde full kontroll over vind og bølger og over mennesker som var besatt av onde ånder. Han som stillet stormen og bød at de ville bølgene skulle legge seg, talte fred til de sinnene som var kommet på avveier og under Satans herredømme. {HOL 62.5}

I synagogen i Kapernaum talte Jesus om at han var kommet for å sette fri dem som var slaver under synd. Et redselsskrik avbrøt ham. En gal mann løp fram fra folkemengden og ropte: «Hva har vi med deg å gjøre, Jesus fra Nasaret? Du er kommet for å ødelegge oss. Jeg vet hvem du er, du er Guds hellige!» Mark 1:24. {HOL 63.1}

Men Jesus truet den onde ånden og sa:«Ti stille og far ut av ham! Den onde ånden kastet mannen ned midt iblant dem, og for så ut av ham uten å skade ham.» Mark 4:35. . {HOL 63.2}

Årsaken til denne mannens lidelser lå også i hans eget liv. Han var blitt lokket av de gleder synden gir og hadde forestilt seg at han kunne gjøre livet sitt til et eneste stort karneval. Alkohol og en umoralsk livsførsel hadde ødelagt de gode sidene ved hans natur, og Satan hadde fått fullstendig herredømme over ham. Da han begynte å angre, var det for sent. Da han var kommet så langt at han ville ha ofret all sin rikdom og nytelse for å vinne tilbake sitt tapte menneskeverd, satt han hjelpeløst fast i den ondes grep. {HOL 63.3}

Nå var han der Frelseren var, og lengselen etter frihet ble vekket i ham, men den onde ånden strittet imot Kristi makt. Da mannen prøvde å rope til Jesus om hjelp, la den onde ånden ordene i munnen på ham, og han ropte i angst og smerte. Den besatte fattet nok delvis at han stod overfor en som kunne sette ham fri men da han prøvde å komme innen rekkevidde av denne mektige hånden, var det en annen vilje som holdt ham tilbake, og en annens stemme talte gjennom ham. {HOL 63.4}

Kampen mellom Satans makt og hans eget ønske om å bli satt fri var fryktelig. Det virket som om den plagede mannen kom til å miste livet i kampen mot den fienden som hadde ødelagt hans voksne liv. Men Frelseren talte med myndighet og satte den fangne fri. Mannen som hadde vært besatt, stod atter fri og selvstendig foran den undrende folkemassen. {HOL 63.5}

I glede priste han Gud for befrielsen. De samme øynene som like forut hadde glødet av galskap, strålte nå av forstand og strømmet over med takknemlighetens tårer. Folk var stumme av forferdelse. Så snart de fikk summet seg, spurte de hverandre: «Hva er dette? En ny lære! Med myndighet befaler han til og med de onde ånder, og de adlyder ham.» Mark 1:27. {HOL 63.6}

Det finnes j dag en mengde mennesker som like virkelig som den besatte i Kapemaum er styrt av onde ånder. Enhver som med vilje setter Guds bud til side, setter seg selv under Satans herredømme. Mangt et menneske leker med det onde i den tro at man kan bryte med det når som helst, men vi blir lokket videre og videre inntil vi til sist oppdager at vi er styrt av en annens vilje som er sterkere enn vår egen. Vi kan ikke fri oss fra dens hemmelighetsfulle makt. En skjult synd eller en altfor sterk lidenskap ,kan holde oss like hjelpeløst fanget som den besatte i Kapemaum var. {HOL 64.1}

Allikevel er ikke tilstanden håpløs. Gud tar ikke herredømme over vår synd uten, at vi selv samtykker. Men hvert menneske er selv fri til å velge hvilken makt som skal styre det. Ingen har falt sa dypt eller er så ødelagt av synd at Kristus ikke kan sette dem fri. Den besatte klarte ikke å si fram noen bønn - isteden talte han de ordene Satan la i munnen hans. Men den tause bønnen som lå i hjertet hans, ble allikevel hørt. Ikke noen bønn fra et menneske i nød vil bli avvist, selv om ordene ikke blir uttalt. De som er villige til å inngå pakt med Gud, blir ikke overlatt til Satans makt eller til sin egen svake natur. {HOL 64.2}

«Kan vel noen ta hærfanget fra en kjempe, eller kan fangene slippe fri fra dem de med rette tilhører? Ja, for så sier Herren: Både skal fangene bli tatt fra kjempen, og voldsmennenes hærfang skal slippe unna. Jeg vil gå i rette med din motpart, og dine barn vil jeg frelse.» Jes 49:24,25. {HOL 64.3}

Den forvandlingen som skjer med den som i tro åpner hjertedøren for Frelseren, er vidunderlig. {HOL 65.1}

«Jeg har gitt dere makt,«

På samme måte som de tolv disiplene fikk også de sytti disiplene som Kristus sendte ut senere, en overnaturlig makt som segl på det oppdraget de hadde. Da de hadde fullført oppgaven, kom de glade tilbake og sa: «Herre, til og med de onde ånder adlyder oss i ditt navn.» Jesus svarte: Jeg så Satan falle ned fra himmelen som et lyn.» Luk 10:17,18. {HOL 65.2}

Fra den tid av har det vært meningen at Kristi etterfølgere skal betrakte Satan som en beseiret fiende. På korset skulle Jesus vinne seier for dem, og denne seieren ønsket han at de skulle ta imot som sin egen. «Se,» sa han, «.jeg har gitt dere makt til å trå på slanger og skorpioner og over all fiendens velde, og ingen ting skal skade dere.» Vers 19. {HOL 65.3}

Den allmektige Hellige Ånd står som et forsvar for hvert eneste angrende menneske. Kristus går ikke med på at noen som i anger og tro stiller seg under hans beskyttelse, skal falle inn under fiendens makt. Det er sant at Satan er sterk, men takk Gud for at vi har en mektig Frelser som kastet Satan ut fra himmelen. Satan gleder seg når vi forherliger hans makt. Hvorfor taler vi ikke heller om Jesus? Vi burde heller forherlige hans makt og hans kjærlighet! {HOL 65.4}

Den regnbuen som omgir tronen i det høye, står som et løfte og, et evig vitnesbyrd om at «så har Gud elsket verden at han gav sin Sønn, den enbårne, for at hver den som tror på ham, ikke skal fortapes, men ha evig liv.» Joh 3:16. Den vitner for hele universet om at Gud aldri vil svikte sine barn i kampen mot det onde. Den forsikrer oss om styrke og vern så lenge tronen selv lir stående. {HOL 65.5}

Kapitel 6 - Frelst for å tjene andre

Det er om morgenen ved Galileasjøen. Sammen med disiplene er Jesus kommet til lands etter en stormfull natt på sjøen, og lyset fra soloppgangen stryker bortover vannet som en fredfull velsignelse. Men idet de går i land, møter de et syn som er frykteligere enn den opprørte sjøen. Fra et skjulested mellom gravene løper to sinnssyke menn mot dem, og det kan virke som om de har tenkt å rive dem i stykker. De lenkene som de slet i stykker da de rømte fra det stedet hvor de var innesperret, henger ennå fast på dem. De er blodige av dype sår, og øynene deres stirrer ut mellom det lange, ustelte håret. Det synes som om det ikke er mye menneskelig igjen i dem. Ja, de ligner mer ville dyr enn mennesker. {HOL 66.1}

Disiplene og alle som er sammen med dem, flykter skremt bort, men snart merker de at Jesus ikke følger etter. De snur seg for å se hvor det er blitt av ham, og der, på samme sted hvor de hadde løpt fra ham, står han ennå. Han som stilte stormen, han som møtte Satan og vant seier over ham, flykter ikke unna noen ond ånder. Mennene nærmer seg ham med skjærende tenner og med fråden om munnen, men Jesus løfter den samme hånden som hadde befalt bølgene om å roe seg, og mennene klarer ikke å komme nærmere. Rasende og hjelpeløse blir de stående foran ham. {HOL 66.2}

Med myndighet befaler han de urene åndene om å fare ut av dem. De ulykkelige mennene skjønner at her har de møtt den ene som kan befri dem fra de åndene som har plaget dem. De faller ned for Frelserens føtter og trygler ham om nåde. Men når de åpner munnen, er det de onde åndene som taler gjennom dem og skriker ut: «Hva har vi med deg å gjøre, du Guds Sønn? Er du kommet hit for å pine oss før tiden?» Mat 8:29. {HOL 67.1}

De onde åndene blir tvunget til å gi slipp på sine ofre, og det skjer en vidunderlig forandring med de besatte. Lyset skinner inn i sinnet deres, og øynene stråler av forstand. De ansiktene som så lenge hadde vært fordreid etter Satans bilde, blir med ett milde, de blodige hendene henger slappe, og mennene løfter sine stemmer i takknemlighet til Gud. {HOL 67.2}

Mens alt dette skjer, farer de onde åndene som var blitt drevet ut av sine menneskeboliger, inn i noen griser, slik at disse styrter seg selv i døden. Svinevokterne skynder seg av sted for å fortelle hva som har skjedd, og snart kommer hele landsbybefolkningen for å møte Jesus. De to sinnssyke har vært den store redselen i dette området. Nå sitter de påkledd og med sans og samling ved Jesu føtter og lytter til hva han har å si, og de gir all ære til ham som har gjort dem friske. Men de som står omkring og ser på, jubler slett ikke. For dem betyr det mer at de har mistet en flokk griser, enn at disse mennene er befridd fra Satans grep. Skrekkslagne flokker de seg om Jesus og

bønnfaller ham om å dra bort fra dem. Han lar dem få det som de vil og går straks i båten for å seile over til den andre siden. Det er helt andre følelser som fyller dem som nettopp er blitt fri for besettelsen. De ønsker bare å være sammen med ham som har befridd dem. Så lenge de er sammen med ham, kan de føle seg trygge for de demonene som har pint dem og ødelagt deres voksne liv. Mens Jesus er på vei ut i båten, holder de seg tett inn til ham, kaster seg på kne foran ham og tigger ham om å få være sammen med ham så de kan lytte til det han har å si. Men Jesus byr dem å gå hjem og fortelle hvor rikt Gud har velsignet dem. {HOL 67.3}

Det er der de har en oppgave å gjøre - å gå til et hedensk hjem og fortelle om alle de velsignelsene de har mottatt fra Jesus. Det er vanskelig for dem å ta farvel med Frelseren. De kommer til å møte store problemer når de nå skal vende tilbake til sine hedenske landsmenn, og de har vært isolert fra andre mennesker så lenge at de føler seg uskikket til å gjøre det de blir bedt om. Men så snart han viser dem hvilken plikt de har, er de klar til å adlyde. {HOL 68.1}

De nøyde seg ikke med å dra til sine egne familier og naboer for å fortelle om Jesus, men de drog gjennom hele Dekapolis og forkynte Kristi kraft til frelse, og de vitnet om hvordan han hadde fridd dem fra de onde åndene. {HOL 68.2}

Selv om folket i Gadarener-landet valgte å ikke ta imot Jesus, overlot han dem ikke til det mørket de hadde valgt å leve i. Da de bad ham om å dra bort, hadde de ennå ikke hørt hans ord. De var uvitende om hva de forkastet. Derfor sendte han lys til dem gjennom slike som de ikke kunne nekte å høre på. {HOL 68.3}

Det var Satan som gjorde slik at griseflokken ble drept, og hensikten hans var å få folket til å vende seg bort fra Frelseren og hindre at evangeliet ble forkynt i denne bygda. Men nettopp dette vakte folket opp på en måte som ikke noe annet kunne ha gjort, og oppmerksomheten deres ble rettet mot Jesus. Selv om Jesus selv reiste bort, så ble de mennene han hadde helbredet, tilbake som vitner om den kraft han hadde. De som før hadde vært redskaper for mørkets fyrste, ble nå lysbærere og budbærere for Guds Sønn. Da Jesus senere kom tilbake til Dekapolis, flokket folket seg om ham, og i løpet av tre dager hørte tusener av mennesker frelsens budskap. {HOL 68.4}

De to besatte som Jesus helbredet var de første misjonærene han sendte ut for å undervise i landet omkring Dekapolis. Disse to mennene hadde bare en kort tid lyttet til hva han hadde å si. De hadde aldri fått anledning til å lytte til noen av hans prekener. De kunne ikke undervise folket på samme måte som disiplene, som hadde vært sammen med Jesus dag etter dag. Men de kunne fortelle hva de visste, det de selv hadde sett, hørt og kjent av Frelserens kraft. Det er dette alle som er blitt rørt i hjertet av Guds nåde, kan gjøre. Det er et slikt vitnesbyrd Herren venter på, men fordi det ikke blir gitt, går verden fortapt. {HOL 69.1}

Evangeliet må forkynnes som en levende kraft som kan forandre menneskeliv, og ikke som en død teori. Gud vil.at hans tjenere skal vitne om den kjensgjerningen at ved hans nåde kan mennesker eie Kristi karakter og juble i vissheten om hans store kjærlighet. Han vil at vi skal vitne om den kjensgjerningen at han ikke er tilfreds før alle som vil ta imot frelsen, er vunnet og har fått tilbake de rettigheter de har som hans sønner og døtre. {HOL 69.2}

Han tar med glede imot til og med dem som har motarbeidet ham sterkest. Når de omvender seg, gir han dem sin guddommelige ånd og sender dem ut blant de ugudelige for å forkynne hans nåde. Mennesker som har sunket ned til å bli Satans redskaper, blir ennå ved Kristi kraft forvandlet til å bli rettferdighetens budbærere, og de blir sendt ut for å fortelle hvilke store velsignelser Herren har gitt dem, og at han har vist dem barmhjertighet. {HOL 69.3}

«Hele dagen skal min tunge tale om din rettferdighet..

Etter at kvinnen i Kapernaum var blitt helbredet ved at hun i tro berørte Jesus. ønsket Jesus at hun skulle erkjenne hvilken velsignelse hun hadde mottatt. De gaver som evangeliet gir kan en ikke motta i det skjulte eller nyte i hemmelighet. «Dere er mine vitner, sier Herren, og jeg er Gud.» Jes 43: 12. {HOL 69.4}

Den metoden Gud bruker for å åpenbare Kristus for verden er at vi bekjenner hvor trofast han er. Vi må erkjenne hans nåde slik den er blitt gjort kjent av gudfryktige mennesker forut for vår tid, men det som vil gjøre størst virkning, er vitnesbyrdet om hva vi selv har opplevd. Vi er Guds vitner når vi gjennom våre liv åpenbarer hvilken makt han har. Ethvert menneske har et liv som er forskjellig fra alle andres, og en erfaring som er ulik deres. Gud ønsker at vi skal sende vår pris opp til ham på hver vår særegne måte. Når vi priser hans nåde på en slik måte - når vår pris blir fulgt av et liv etter Kristi mønster - har det en uimotståelig kraft som gjør at mennesker søker frelsen. {HOL 69.5}

Når vi tar vare på minnene om alle Guds gaver, er det til vårt eget beste. Da vil troen bli styrket til å forvente og ta imot stadig mer. Det ligger en større oppmuntring for oss i den minste velsignelsen vi selv får fra Gud, enn i alt det vi kan lese om andres tro og opplevelser. Det menneske som gir etter for Guds nåde, vil bli som en fruktbar hage. Helsen vil ha godt av det, lyset vil stråle fram fra mørket, og Herrens herlighet vil gå opp over et slikt menneske. {HOL 70.1}

«Hvordan skal jeg gjengjelde Herren alle hans velgjerninger mot meg? Jeg vil løfte frelsens beger og påkalle Herrens navn. Mine løfter til Herren vil jeg holde, og det for hele hans folks øyne.» «Jeg vil lovsynge Herren så lenge jeg lever, jeg vil synge for min Gud så lenge jeg er til. Måtte min tale være til behag for ham! Jeg vil glede meg i Herren!»

«Hvem kan fullt ut nevne Herrens veldige gjerninger eller forkynne all hans pris?» «Pris Herren, påkall hans navn! Kunngjør blant folkene hans store gjerninger! Syng for ham, lovsyng ham, tal om alle hans under! Ros dere av hans hellige navn! La dem som søker Herren, glede seg i sitt hjerte.» «For din miskunnhet er bedre enn livet. Mine lepper priser deg. ... Min sjel skal bli mettet med fete retter. Med jublende lepper skal min munn lovprise deg. Når jeg kommer deg i hu på mitt leie, tenker jeg på deg gjennom nattevaktene. For du har vært min hjelp, og under dine vingers skygge jubler jeg.» «Til Gud setter jeg min lit, jeg frykter ikke. Hva skulle et menneske kunne gjøre meg? Jeg har løfter på meg til deg, Gud. Jeg vil betale deg med takkoffer. For du har fridd min sjel fra døden, ja, mine føtter fra fall, så jeg kan vandre for Guds åsyn i de levendes lys.» «Du Israels Hellige! Mine lepper skal juble, for jeg vil lovsynge deg, — og min sjel, som du har forløst. Hele dagen skal min tunge tale om din rettferdighet.» «Du er min tillit fra min ungdom av. ... Om deg vil jeg alltid synge min lovsang.» deg vil minne om ditt navn blant alle slekter. Derfor skal folkene prise deg evig og alltid.» Sal 116:12-14; 104:33,34; 106:2; 105:1-3; 63:4-8; 56:12-14;71:22-24.5,6;45:18. {HOL 70.2}

«For intet har dere fått det, for ,intet skal dere gi det.»

Den innbydelsen som ligger i evangeliet, er ikke begrenset og skal ikke bli gitt til bare noen få utvalgte vi mener vil takke oss dersom de tar imot den. Vi skal bringe budskapet til alle. Når Gud velsigner sine barn, gjør han det ikke bare for deres egen skyld, men for hele verdens. Når han gir oss av sine gaver. vil han at vi skal mangfoldiggjøre dem ved å dele dem med andre. {HOL 71.1}

Den samaritanske kvinnen som Jesus snakket med ved Jakobs brønn, ledet andre til Frelseren så snart hun hadde funnet ham selv. Hun viste seg å være en mer virksom misjonær enn hans egne disipler. De så ikke noe i Samaria som kunne tyde på at det var en lovende misjonsmark. De var opptatt av den store virksomheten som skulle utføres en gang i framtiden. De la ikke merke til at like ved dem lå det en høst som de skulle samle inn. Men ved hjälp av den kvinnen som de hadde avsky for, fikk en hel by høre om Jesus. Uten å nøle brakte hun lyset til sine egne. {HOL 71.2}

Denne kvinnen er et eksempel på hva en praktisk tro på Kristus kan utrette. Enhver sann disippel ble født som misjonær inn i Guds rike. Sa snart vi selv har lært Frelseren å kjenne. skal vi gjøre ham kjent for andre. Den sannheten som frelser og helliggjør, kan vi ikke holde skjult i vårt eget hjerte. Den som drikker av livets vann, blir selv en livsens kilde. Den som tar imot, blir selv en som gir. Når Kristi nåde fyller sjelen, blir det som en kilde i ørkenen som veller fram og lesker alle, og de som holder på å omkomme, blir ivrige etter å drikke av livets vann. Når vi gjør dette, mottar vi en større velsignelse enn om vi bare arbeider for oss selv. Først når vi arbeider for å bringe frelsens glade budskap

til andre, kommer vi nær Frelseren. Om dem som tar imot hans nåde, sier Herren: {HOL 71.3}

Jeg vil gjøre dem og landet omkring til en velsignelse. Jeg vil sende regn i rette tid, velsigneisens regnstrømmer skal det være.» Esek 34:26. {HOL 72.1}

«Men på den siste, den store dag i høytiden, stod Jesus og ropte ut: Om noen tørster, han komme til meg og drikke. Den som tror på meg, som Skriften har sagt, fra hans indre skal det flyte strømmer av levende vann.» Joh 7:37,38. {HOL 72.2}

De som tar imot, må dele med andre. Fra alle kanter lyder rop om hjelp, og Gud kaller på mennesker for at de med glede skal tjene sine medmennesker. For dem som seirer, ligger det udødelige kroner og venter i himmelens rike. Vi skal bringe lys til vår verden, som er i ferd med å gå til grunne på grunn av uvitenhet. {HOL 72.3}

«Sier ikke dere at det ennå er fire måneder, og så kommer høsten? Se, jeg sier dere: Løft deres øyne og se markene, de er alt hvite til høst! Den som høster, får lønn, og han samler inn grøde til evig liv.» Joh 4:35,36. {HOL 72.4}

Gjennom tre år hadde disiplene sett Jesu vidunderljge eksempel. Dag etter dag var de sammen med ham og samtalte med ham, hørte hvordan han oppmuntrede trette som bar på tunge byrder, og de så hvordan hans kraft ble åpenbart på syke og lidende mennesker. Da tiden var inne til at han skulle forlate dem, velsignet han dem og gav dem kraft til å fortsette hans arbeid i hans navn. De skulle la lyset om hans budskap om kjærlighet og legedom stråle ut til andre. Og Frelseren lovte dem at han alltid skulle være sammen med dem. Ved Den Hellige Ånd ville han være enda nærmere dem enn da han vandret synlig blant dem. {HOL 72.5}

Det arbeidet disiplene gjorde, må vi også gjøre. Hver eneste kristen må være en misjonær. I vår tjeneste for dem som trenger hjelp må vi gjenspeile sympati og medlidenhet og forsøke på en uegennyttig måte å lindre smertene blant lidende mennesker. {HOL 73.1}

Det finnes en oppgave for alle og enhver. Ingen må tro at det ikke finnes en oppgave de kan utføre for Kristus. Frelseren setter seg selv i hvert enkelt menneskes sted. Han ble et medlem av den jordiske familie for at vi skulle bli medlemmer av den himmelske. Han er Menneskesønnen og derfor også bror til alle Adams sønner og døtre. De som følger ham må aldri tillate seg å mene at de ikke har noe ansvar overfor den verden som holder på å gå til grunne omkring dem. De er en del av den store menneske familien, og himmelen regner dem som brødre og søstre til både syndere og hellige. {HOL 73.2}

Millioner på millioner av mennesker som er rammet av sykdom, uvitenhet og synd, har aldri så mye som hørt om Kristi kjærlighet til dem. Hva ville vi ha ønsket de skulle

gjøre, dersom vi var i deres sted og de i vårt? Så langt det står i vår makt, må vi gjøre det samme for dem. Den kristne leveregelen som vi alle skal stå eller falle for i dommen, er denne: «Alt dere vil at menneskene skal gjøre mot dere, gjør det også mot dem!» Mat 7:12. {HOL 73.3}

Vi står i gjeld til dem som ikke eier de samme fordelene som oss, og som har gitt oss et fortrinn framfor andre - enten det nå er kunnskap eller dannelse, en ren karakter, en kristen oppdragelse eller en religiøs erfaring. Og så langt det står i vår makt, må vi hjelpe dem som ikke er like privilegerte som oss. Dersom vi er sterke, må vi holde hendene oppe på de svake. {HOL 73.4}

Herlighetens engler, som alltid ser vår himmelske Fars ansikt, er glad for å kunne tjene hans små. Engler er alltid til stede der de trengs mest, hos dem som må kjempe de hardeste kampene mot seg selv, og hos dem som lever i det dårligste miljøet. De har en særlig oppgave når det gjelder å ta seg av dem som er svake og skjelvende med mange negative karaktertrekk. De rene, syndefrie englene fra himmelen utfører et slikt arbeid som mange selvopptatte mennesker betrakter som ydmykende, nemlig å hjelpe de elendige som på alle måter har en dårlig karakter. {HOL 73.5}

Jesus så ikke på himmelen som noe lykkelig sted å være om vi skulle gå fortapt. Han forlot de himmelske saler og byttet dem med et liv i hån og forakt, som endte med en skammelig død. Han eide himmelens ubeskrivelige rikdom, men ble fattig for at vi ved hans fattigdom skulle bli rike. Han vil at vi skal følge i hans fotspor. {HOL 74.1}

Den som blir et Guds barn, må i tiden som ligger foran se på seg selv som et ledd i en lenke som er senket ned for å redde verden, en som går ved Kristi side i hans nådige plan om å oppsøke og frelse det som er fortapt. {HOL 74.2}

Det er mange som mener det ville være en stor forrett å få anledning til å besøke de stedene hvor Jesus levde mens han var her på jorden, gå der han gikk, se strendene langs den innsjøen hvor han så ofte underviste, og de åsene og dalene han gjerne lot øynene hvile ved. Men det er ikke nødvendig å dra til Nasaret, Kapernaum eller Betania for å gå i Jesu fotspor. Vi vil finne fotsporene hans ved sykesengen, der de fattige bor, i storbyens trange bakgater og på hvert sted der det finnes menneskehjerter som trenger trøst. {HOL 74.3}

Det er vår oppgave å mette dem som sulter, kle de nakne og trøste dem som lider og har det vondt. Vi skal hjelpe dem som lever i fortvilelse, og gi håp til dem som føler at de ikke har noe håp. {HOL 74.4}

Når Kristi kjærlighet kommer til uttrykk gjennom uegennyt- _ tig tjeneste for andre, vil den kunne gjøre mer for å omvende en urettferdig enn hva sverd og domstoler vil kunne gjøre. Det kan være nødvendig å bruke slike trusler overfor lovbrytere; men en

kjærlig misjonsarbeider vil kunne utrette mer. enn dette. Det er ofte slik at det hjertet som hardner under irettesetteiser, vil smelte under Kristi kjærlighet. {HOL 74.5}

En misjonsarbeider vil ikke bare kunne lindre fysiske plager, men også lede synderen til Den Store Lege, som kan rense sjelen fra syndens spedalskhet. Det er Guds plan at hans tjenere skal bringe hans stemme videre til de syke, de elendige og de som er besatt av onde ånder. Gjennom sine menneskelige redskaper ønsker han å være en trøster som verden ikke kjenner maken til. {HOL 75.1}

Frelseren har gitt sitt enestående liv for å kunne opprette en menighet som skal være i stand til å tjene dem som lider, som har sorg og som lever i fristelse. De troende kan være fattige, uten utdannelse eller berømmelse, men i Kristus kan de utføre et arbeid i hjemmet, i nabolaget og til og med i andre land, som vil være av evighetsbetydning. {HOL 75.2}

Kristus sier til sine etterfølgere i dag like mye som han sa til sine første disipler: {HOL 75.3}

«Meg er gitt all makt i himmel og på jord! Gå derfor ut og gjør alle folkeslag til disipler.» «Gå ut i all verden og forkynn evangeliet for all skapningen!» Mat 28:18,19; Mark 16:15. {HOL 75.4}

Og vi eier også løftet om at han er med oss: «Og se, jeg er med dere alle dager inntil verdens ende!» Mat 28:20. {HOL 75.5}

I dag er det ingen nysgjerrige folkeskarer som samler seg på øde steder for å se og høre Jesus. Man kan ikke høre hans stemme i de travle gatene. Det er ingen som roper fra veikanten: «Jesus fra Nasaret gikk forbi.» Luk 18:37. Allikevel er dette ordet like sant i dag. Kristus går usynlig gjennom gatene våre. Han kommer inn i våre hjem med budskap om nåde. Han venter på å få samarbeide med alle dem som ønsker å tjene andre mennesker i hans navn. Han er midt iblant oss for å helbrede oss og velsigne oss, dersom vi bare vil ta imot ham. {HOL 75.6}

«Så sier Herren: På den tid som behager meg, bønnhører jeg deg, og på frelsens dag hjelper jeg deg. Jeg vil bevare deg og gjøre deg til en pakt for folket, for at du skal gjenreise landet og utskifte de øde arvedeler, og si til de fangne: Gå ut! - til dem som er i mørket: Kom fram!» Jes 49:8,9. {HOL 75.7}

«Hvor fagre er på fjellene hans føtter som kommer med gledesbud, som forkynner fred, som bærer godt budskap, som forkynner frelse, som sier til Sion: Din Gud er blitt konge!» Jes 52:7. {HOL 76.1}

«Bryt ut i jubel alle sammen. ... For Herren trøster sitt folk. ... Herren avdekker sin hellige arm for alle folkenes øyne, og alle jordens ender får se vår Guds frelse.» Verseue 9,10. {HOL 76.2}

EN LEGES ARBEID

«For jeg har gitt dere et forbilde, for at også dere skal gjøre slik jeg har gjort mot dere.» {HOL 77.1}

Kapitel 7 - Samarbeid mellom Gud og menneske

Når helsearbeidere forsøker å gjøre mennesker friske, må de samarbeide med Gud. Frelseren var opptatt av både sjel og legeme. Det evangeliet han forkynte inneholdt et budskap om både åndelig liv og fysisk velvære. Tilgivelse for synd og helbredelse av sykdom hører sammen. Kristne helsearbeidere skal viderføre dette arbeidet. Sammen med Kristus skal de lindre både fysiske og åndelige behov blant mennesker. De skal bringe barmhjertighet til dem som lider, slik at både den syke kroppen og den syndefulle sjelen kan finne lindring. {HOL 77.2}

Kristus er den egentlige sjefen for alt helsepersonell. Han er den store overlegen, og han vandrer sammen med enhver som i gudfryktighet arbeider for å lindre menneskers lidelser. En lege bør bruke naturens egne midler for gjøre folk friske, og samtidig må han vise veien til ham som kan lindre både sjelens og kroppens sykdommer. Legers oppgave er å hjelpe Kristus i det arbeidet han utretter. De forsøker å hjelpe naturen i sin helbredelsesprosess, mens det er Kristus som virkelig helbreder. Legen forsøker å redde liv, Kristus gir liv. {HOL 77.3}

Kilden til helbredelse

Gjennom sine mirakler åpenbarte Frelseren den kraften som til enhver tid er i virksomhet for å gi liv til mennesker og helbrede dem. Gjennom naturens egne midler arbeider Gud dag etter dag, time etter time, minutt etter minutt, for å holde oss i live, for å bygge oss opp og for å gjøre oss friske. Når det oppstår en skade et eller annet sted i kroppen, begynner med en gang en helbredelsesprosess. Naturens egne midler blir satt i virksomhet for å gjenvinne sunnhet. Men det er Guds kraft som virker gjennom disse midlene. All livgivende kraft kommer fra ham. Når vi kommer oss etter en sykdom, så er det Gud som har gjort oss friske. {HOL 78.1}

Sykdom, lidelse og død oppstår på grunn av en fiendtlig makt. Satan er den som ødelegger, Gud er den som bygger opp. {HOL 78.2}

De ord som ble talt til Israel, gjelder i våre dager overfor dem som får tilbake sin fysiske og sjelelige sunnhet: Jeg er Herren, din lege.» 2M 15:26. {HOL 78.3}

Guds ønske for alle mennesker er uttrykt gjennom ordene: «Du kjære! Jeg ønsker at du i alle ting må ha det godt og være ved god helse, likesom din sjel har det godt.» 3 Joh 2. {HOL 78.4}

Det er «han som forlater all din misgjerning, som leger alle dine sykdommer. Han som forløser ditt liv fra graven, som kroner deg med miskunn og barmhjertighet.» Sal 103:3,4. {HOL 78.5}

Da Jesus helbredet sykdommer, advarte han mange av dem som hadde lidd: «Synd ikke mer, for at ikke noe verre skal hende deg.» Joh 5: 14. {HOL 78.6}

En lege burde fortelle sine pasienter at de må samarbeide med Gud for å bli friske. Leger får en stadig voksende innsikt i den kjensgjerningen at sykdommer kommer som et resultat av synd. De vet at naturlovene, like så

sikkert som De ti bud, har sitt opphav hos Gud, og at man kan bli frisk og holde seg frisk bare ved å følge disse. En lege møter mange lidelser som har oppstått som resultat av nedbrytende vaner, og vet at mange kunne ha blitt friske om de bare hadde gjort det de selv kunne for å leve sunt. Pasienter må lære å forstå at enhver vane som ødelegger de fysiske, mentale eller åndelige kreftene, er synd, og at man best kan sikre sin helse ved å lyde de lovene Gud har laget til beste for alle mennesker. {HOL 79.7}

Når en lege få en pasient som lider av en sykdom han har fått på grunn av uriktig mat eller drikke eller andre dårlige vaner, men unnlater å gjøre pasienten oppmerksom på dette, så får han selv skyld i de lidelsene som måtte komme. Drankere, voldsmenn og slike som er blitt syke på grunn av umoral, er alle klare og tydelige eksempler på at lidelser kan oppstå som resultat av synd. De som forstår livets grunnprinsipper, burde arbeide ivrig for å bekjempe årsakene til sykdom. Hvordan kan en lege bevare sin fred når han hele tiden blir nødt til å se kampen mot smerte og må arbeide for å lindre lidelse? Er han kjærlig og barmhjertig om han ikke lærer sine pasienter at et strengt måteholdent liv er et middel mot sykdom? {HOL 79.1}

La det være klart at den vei Guds bud peker ut, er livets vei. Gud har opprettet naturlovene, men hans lover er ikke tilfeldige krav. Ethvert «du skal ikke», enten det gjelder en fysisk eller en moralsk lov, er knyttet til et løfte. Dersom vi er lydige mot det, vil velsignelser følge oss på veien. Gud tvinger oss aldri til å gjøre det som er rett, men han prøver å fri oss fra det onde og lede oss til det gode. {HOL 79.2}

Vi trenger å vie mer oppmerksomhet til de lovene som Israel ble undervist i. Gud gav dem bestemte retningslinjer som gjaldt deres livsvaner. Han lot dem bli kjent med lover som angikk både deres fysiske og åndelige velvære, og dersom de adlød dem, forsikret han dem om at «Herren skal holde all sykdom borte fra deg.» 5M 7: 15. «Akt på alle de ord som jeg i dag gjør til et vitne mot dere.» «For de er liv for hver den som finner dem, og legedom for hele hans legeme.» 5M 32:46; Ord 4:22. {HOL 79.3}

Gud ønsker at vi skal nå opp til den grad av fullkommenhet som er gjort mulig for oss gjennom Kristi gave. Han ber oss om å velge riktig side, å gripe fatt i himmelske krefter,

å leve etter prinsipper som vil gjenopprette det guddommelige bilde i oss. Han har åpenbart for oss livets grunnprinsipper i sitt skrevne ord og i naturens store bok. Det er opp til oss å tilegne oss kunnskap om disse prinsippene og gjennom lydighet samarbeide med ham i å gjenopprette sunnhet både i kropp og sjel. {HOL 79.4}

Vi mennesker må lære å forstå at de velsignelsene som kommer av å være lydig, blir våre bare om vi mottar Kristi nåde. Det er hans nåde som gir mennesket kraft til å lyde Guds lover. Det er den samme nåde som gjør oss i stand til å bryte de lenkene onde vaner holder oss fanget med. Dette er den eneste kraften som kan føre oss inn på og lede oss videre på den rette vei. {HOL 80.1}

Når vi tar imot det rene evangeliet med all den kraften som ligger i det, så er det medisin for de lidelser som har sin årsak i synd. Rettferdighetens sol går opp «med legedom under sine vinger.» Mal 4:2. Alt hva denne verden har å tilby, kan ikke lege et knust hjerte, gi fred til et urolig sinn, fjerne bekymring eller holde sykdom unna. Berømmelse, intelligens, talenter - det er alt sammen uten virkning når det er snakk om å glede et sorgfullt hjerte eller å samle sammen restene fra et forspilt liv. Menneskenes eneste håp ligger i å leve et liv med Gud i sjelen. {HOL 80.2}

Den kjærligheten som Kristus fyller oss fullt og helt med, er en kraft som gir liv. Den gir legedom til enhver viktig kroppsdel- hjernen, hjertet, nervene. Gjennom denne kjærligheten blir de sterkeste kreftene mennesket har, satt i aktivitet. Den setter sjelen fri fra skyldfølelse og sorg, angst og bekymring, som ellers ville knuse livskreftene. Den gir sinnsro og klare tanker. Den planter en glede i sjelen, en glede som ikke noe her på denne jorden kan ødelegge - gleden ved Den Hellige Ånd - den helsegivende og livgivende gleden. {HOL 80.3}

Frelseren sa: «Kom til meg, ... og jeg vil gi dere hvile.» Mat 11 :28. Dette er resepten som gjelder for den som vil bli frisk fra fysiske, mentale og åndelige sykdommer. Selv om mennesker har skyld i sine egne sykdommer ved å leve i strid med det som er riktig, møter han dem med omsorg. Hos ham vil alle kunne finne hjelp. Han vil gjøre store ting for dem som stoler på ham. {HOL 80.4}

Århundrene har gått, synden har fått et stadig fastere grep om menneskeheten, og Satan har gjennom sine falske og listige fortolkninger kastet en svart skygge over Guds ord, slik at mennesker har begynt å tvile på Guds godhet. Men allikevel har ikke Faderens nåde og kjærlighet sluttet å flyte i strie strømmer ned til jorden. Dersom menneskene ville åpne sjelens vinduer mot himmelen og være villige til å ta imot de guddommelige gavene, ville en flom av helbredende kraft strømme inn. {HOL 80.5}

Om en lege ønsker å bli en god samarbeider med Kristus, vil han gjøre hva han kan for å bli dyktig i alt som har med hans arbeid å gjøre. Han vil studere flittig for å bli godt

kvalifisert til sitt yrke, og han vil hele tiden strekke seg mot høyere mål ved å øke sin kunnskap, få større ferdigheter og nå en dypere innsikt. Enhver lege burde forstå at den som gjør et slett og overfladisk arbeid, ikke bare påfører den syke større skade, men gjør også urett mot sine kolleger. Om en lege er tilfreds med en lav standard for kunnskap og dyktighet, gjør han ikke bare sitt yrke lite betydningsfullt, men han vanærer også Kristus, som er legen over alle leger. {HOL 81.1}

De som oppdager at de ikke egner seg til å gjøre medisinsk arbeid, burde velge et annet yrke. De som har gode evner til å ha omsorg for de syke, men som ikke kan skaffe seg en tilstrekkelig god utdannelse, bør heller ofre seg for mindre ansvarsfulle oppgaver, som trofaste sykepleiere. I sitt arbeid for pasientene under dyktig ledelse av legene vil de lære stadig mer, og om de benytter enhver anledning til å skaffe seg kunnskap, vil de med tiden kunne bli fullt ut kvalifiserte til å praktisere som leger. Sørg for at yngre leger, «som medarbeidere (under Den Store Lege) ... ikke forgjeves tar imot Guds nåde. ,.. Vi vil ikke i noe gi mennesker grunn til anstøt, for at ikke tjenesten (for de syke) skal kunne lastes. I alt viser vi oss som Guds tjenere.» 2 Kor 6: 1-4. {HOL 81.2}

Gud ønsker for oss at vi alltid skal utvikle oss i positiv retning. En sann misjonslege vil stadig utvikle en større dyktighet. Talentfulle kristne leger som viser seg å eie fremragende profesjonelle evner, burde kontaktes og oppmuntres til å gjøre tjeneste for Gud på steder hvor de kan undervise og trene andre til å bli misjonærer på det medisinske området. {HOL 81.3}

Legen burde samle lys fra Guds ord i sin sjel. Han burde hele tiden vokse i nåden. Religionen må ikke bli for ham bare en innflytelse av mange. men det som står over alt annet som øver innflytelse på ham. Han må arbeide ut ifra høye og hellige motiver - motiver som eier kraft fordi de stammer fra ham som gav sitt liv for å gi oss kraft til å seire over det onde. {HOL 82.1}

Dersom legen trofast og flittig gjør det han kan for å bli dyktig i sin gjerning, dersom han vier sitt liv i Kristi tjeneste og tar seg tid til å granske sitt eget hjerte, vil han lære å forstå hemmeligheten med sitt hellige kall. Han kan oppnå en slik utvikling og utdannelse at alle som kommer inn under hans innflytelse, vil se hvor god utdannelse og stor visdom en som har samfunn med visdommens og allmaktens Gud, kan skaffe seg. {HOL 82.2}

Ikke i noe annet yrke er det mer nødvendig med et nært fellesskap med Kristus enn i legeyrket. Den som vil utføre sine plikter som lege riktig, må hver dag og hver time leve som en kristen. Pasientens liv ligger i legens hender. Dersom det i et kritisk tilfelle blir stilt en tilfeldig diagnose eller gitt feil medisin, eller om det blir gjort en uforsiktig bevegelse på operasjonsbordet - om den er aldri så liten, så vil et liv kunne gå tapt og en sjel bli sendt inn i evigheten. Tenk over hvor alvorlig dette er! Det er av den største betydning at legen er under kontroll av den guddommelige legen! {HOL 82.3}

Frelseren er villig til å hjelpe alle som ber ham om visdom og en klar tanke. Og hvem trenger visdom og klare tanker mer enn en lege, som må ta avgjørende beslutninger? Den som forsøker å forlenge menneskers liv, må i tro se hen til Kristus for at han skal kunne lede ham i alt han gjør. Frelseren vil gi ham kunnskap og evner til å ta seg av vanskelige tilfeller. {HOL 82.4}

De som har i oppgave å pleie syke, blir gitt noen enestående anledninger. Det er viktig å la pasientene forstå at gjennom alt det legen gjør for å få dem friske igjen, forsøker han å få dem til å samarbeide med Gud for å bekjempe sykdommene. La dem også føle at ved hvert steg de tar i harmoni med Guds lover, kan de forvente å få hjelp av guddommelig kraft. De som er syke og lider, vil ha mye større tillit til en lege som de vet elsker og frykter Gud. De vil stole på det han sier. De vil føle seg trygge på at en slik lege gjør det som er riktig. {HOL 82.5}

Fordi de kristne som arbeider for syke, kjenner Herren Jesus, er det deres forrett å kunne innby ham til å være til stede sammen med de syke. Foran en kritisk operasjon bør legen be om hjelp fra Den Store Lege. Da kan legen forsikre pasienten om at Gud kan lede ham trygt gjennom operasjonen, og at Gud kan gi en trygg tilflukt for alle som søker ham i sine vanskeligheter. En lege som ikke gjør dette, vil mislykkes i tilfelle etter tilfelle som ellers kunne ha hatt en lykkelig utgang. Dersom han hadde snakket på en måte som ville ha inspirert pasienten til å tro på den medlidende Frelseren, han som selv har følt enhver form for angst, og lagt sjelens behov fram for ham i bønn, så ville krisene oftere få et heldig utfall. {HOL 83.1}

Det er bare han som kan lese hjerter, som kan forstå den frykt og uro mange pasienter er fylt av når de legger seg ned på operasjons bordet. De skjønner hvilken fare de svever i. Selv om de kan ha tillit til kirurgens dyktighet, så vet de at han er ikke ufeilbarlig. Men om de ser at legen bøyer seg i bønn for å be Gud om hjelp, vil deres tillit bli større. Takknemlighet og tiltro vil åpne hjertet for Guds helbredende kraft, hele mennesket vil få økt styrke, og livets krefter vil seire. {HOL 83.2}

Også legen vil oppleve at det er styrke når Frelseren er til stede sammen med ham. Ansvar og farer ved hans arbeid vil ofte kunne skremme ham, og denne følelsen av uvisshet og frykt vil kunne gjøre hånden hans usikker. Men vissheten om at den guddommelige rådgiveren står ved hans side for å lede og hjelpe ham, viI gi ham ro og mot. Når Kristus får røre ved legens hånd, vil det bringe livskraft, sinnsro, tillit og styrke. {HOL 83.3}

Når krisen er trygt overstått og man kan være sikker på at det vil ga bra, bør legen bruke noen få minutter i bønn sammen med pasienten og gi uttrykk for at et liv er blitt bevart. Når pasienten retter takk til legen, bør legen sende denne takken videre til Gud.

Fortell pasienten at hans liv er blitt spart fordi han var under den himmelske leges beskyttelse. {HOL 83.4}

Den lege som utfører sitt arbeid på denne måten, leder sin pasient til ham som alt liv avhenger av, ham som kan frelse til det ytterste alle dem som kommer til ham. {HOL 84.1}

Alt helsearbeid burde være gjennomsyret av en dyp omsorg for sjelers frelse. Legen er i samme grad som evangeliets forkynner blitt betrodd det høyeste tillitsverv som noen gang er gitt til mennesker. Enten han forstår det eller ikke, så har enhver lege fått i oppdrag å lege sjeler. {HOL 84.2}

I arbeidet mot sykdom og død mister legene ofte av syne det alvoret som ligger i det fremtidige livet. I sine oppriktige anstrengelser for å fjerne det som truer kroppen, glemmer de ofte det som truer sjelen. Den pasienten de arbeider for, kan miste livet, og de siste mulighetene glipper ut av legens hender. Denne sjelen må legen en gang møte igjen foran Kristi domstol. {HOL 84.3}

Ofte mister vi de aller beste velsignelsene fordi vi unnlater å tale et ord i rette tid. Dersom vi ikke er oppmerksomme og griper den gylne anledningen, vil den gå tapt. Ved sykesengen bør man aldri tale om lærepunkter eller stridsspørsmål. Vis isteden den syke hen til ham som er villig til å frelse alle som kommer til ham i tro. Forsøk med alvor og oppriktighet å hjelpe den sjel som svever mellom liv og død. {HOL 84.4}

En lege som vet at Kristus er hans personlige frelser, fordi han selv er blitt ledet til tilfluktstedet, vet hvordan han skal behandle redde, skyldbetyngede og syndefulle menneskene som vender seg til ham for å få hjelp. Han kan gi svar på spørsmålet: «Hva må jeg gjøre for å bli frelst?» Han kan fortelle historien om Frelserens kjærlighet. Av egen erfaring kan han tale om kraften som ligger i anger og tro. I enkle, oppriktige ord kan han legge sjelens behov fram for Gud i bønn og oppmuntre den syke til selv å be om og ta imot Frelserens barmhjertige nåde. Når han gjør sitt arbeid ved sykesengen på denne måten og forsøker å snakke på en måte som vil gi hjelp og trøst, vil Herren virke i ham og gjennom ham. Og når den sykes tanker blir ledet hen til Frelseren, vil Kristi fred komme inn i hjertet hans, og den åndelige helsen som fyller ham blir av Gud brukt som en hjelpende hånd til å gjøre også kroppen frisk. {HOL 85.1}

I sitt arbeid for den syke vil legen ofte få anledning til å virke for venner av den syke. Når de står ved sengen til ham som lider, og føler seg ute av stand til å lindre endog den minste smerte, blir de selv bløte om hjertet. Ofte vil de fortelle legen om den sorg de skjuler for andre. Da er anledningen inne til å vise disse sørgende til ham som har innbudt alle dem som er trette og har tunge byrder, til å komme til ham. Ofte vil det være mulig å

be for og med dem, der de får anledning til å legge sine behov fram for ham som kan fjerne all ulykke og lindre all sorg. {HOL 85.2}

Guds løfter

En lege har rike muligheter til å fortelle sine pasienter om Guds løfter. Han kan hente fram skatter som er nye og gamle, og nå og da si både trøstende og opplysende ord som pasienten lengter etter. Legen bør gjøre sitt sinn til et lager for levende tanker. Han bør studere Guds ord flittig, slik at han kan bli kjent med de løftene som finnes der, og lære å gi videre de trøstens ord som Kristus talte mens han var her på jorden og underviste og helbredet de syke. Han bør fortelle om hvordan Kristus helbredet, og om hans godhet og kjærlighet. Aldri burde han unnlate å lede pasientenes tanker hen til Kristus, som er den største av alle leger. {HOL 85.3}

Den samme kraften som Kristus viste da han vandret synlig blant menneskene, finnes i hans ord. Det var ved sitt ord at Jesus helbredet sykdom og drev ut demoner. Ved sitt ord stillet han bølgene på sjøen og oppreiste døde, og folket vitnet om at det lå kraft i hans ord. Han talte Guds ord, slik han hadde talt det til alle profetene og lærerne i Det gamle testamente. Hele Bibelen er et vitnesbyrd om Kristus. {HOL 86.1}

Vi må ta imot Skriften som Guds ord til oss, ikke bare skrevet, men talt. Da de lidende kom til Kristus, så han ikke bare dem som bad om hjelp, men også alle dem som opp gjennom tidene ville komme til ham med de samme behovene og med den samme troen. Da han sa til den lamme mannen: «Vær frimodig, sønn! Dine synder er deg forlatt!» eller til kvinnen i Kapernaum: «Datter, din tro har frelst deg. Gå bort i fred!» så talte han også til andre lidende og skyldbetyngede som ville komme til å søke ham om hjelp. Mat 9:2; Luk 8:48. {HOL 86.2}

Slik er det med alle løftene i Guds ord. Gjennom dem taler han til hver og en av oss, like direkte som om vi kunne høre stemmen hans. Det er gjennom disse løftene at Kristus deler med oss sin nåde og kraft. De er blader på treet som «tjener til helse for folkeslagene.» Ap 22:2. Når man tar imot og gjør disse til sine egne, vil de styrke karakteren og gi inspirasjon og livskraft. Ikke noe annet kan ha en slik helbredende kraft i seg eller gi det mot og den tro som fyller hele mennesket med vitale krefter. {HOL 86.3}

Til den som står skjelvende av frykt ved gravens rand, og til den som er trett av lidelsens og syndens byrder, bør legen, når han har anledning til det, gjenta Frelserens ord - for hele Den hellige skrift er hans ord: {HOL 86.4}

«Frykt ikke! Jeg har gjenløst deg, kalt deg ved navn du er min. Når du går gjennom vann, er jeg med deg, og gjennom elver, skal de ikke overskylle deg. Når du går gjennom ild, skal du ikke svies, og luen skal ikke brenne deg. For jeg er Herren din Gud, Israels Hellige, din frelser. ... Fordi du er dyrebar i mine øyne, fordi du er aktet høyt og jeg

elsker deg.» «Jeg, jeg er den som utsletter dine misgjerninger for min skyld, og dine synder kommer jeg ikke i hu.» «Frykt ikke! Jeg er med deg!», Jes 43: 1-4.25.5. {HOL 86.5}

«Som en far forbarmer seg over sine barn, forbarmer Herren seg over dem som frykter ham. For han vet hvordan vi er skapt, han kommer i hu at vi er støv.» Sal 103:13,14. {HOL 87.1}

«Bare erkjenn din misgjerning, at du er falt fra Herren din Gud.» «Dersom vi bekjenner våre synder, er han trofast og rettferdig, så han forlater oss syndene og renser oss fra all urettferdighet.» Jer 3:13; 1Joh l:9. {HOL 87.2}

«Jeg utsletter dine overtredelser som en tåke og dine synder som en sky. Vend om til meg, for jeg gjenløser deg!» Jes 44:22. {HOL 87.3}

«Kom og la oss gå i rette med hverandre, sier Herren. Om deres synder er som purpur, skal de bli hvite som snø, om de er røde som skarlagen, skal de bli som den hvite ull. Dersom dere er villige og hører, skal dere ete landets gode ting.» Jes l: 18,19. {HOL 87.4}

«Med evig kjærlighet har jeg elsket deg. Derfor har jeg latt min miskunn mot deg vare ved.» «Da min vrede strømmet over, skjulte jeg mitt åsyn for deg et øyeblikk, men med evig miskunnhet forbarmer jeg meg over deg, sier Herren, din gjenløser.» Jer 31:3; Jes 54:8. {HOL 87.5}

«La ikke deres hjerte forferdes!» «Fred etterlater jeg dere. Min fred gir jeg dere. Ikke som verden gir, gir jeg dere. La ikke deres hjerte forferdes, frykt ikke!» Joh 14:1,27. {HOL 87.6}

«En mann skal være som et skjulested for været og et ly mot regnskyll, som bekker i ørkenen, som skyggen av et veldig fjell i et tørstende land.» Jes 32:2. {HOL 87.7}

«De elendige og fattige leter etter vann, men det er ikke noe. Deres tunge brenner av tørst. Jeg, Herren, jeg vil svare dem. Jeg, Israels Gud, jeg vil ikke forlate dem.» Jes 41:17. {HOL 87.8}

«Så sier Herren, som skapte deg«: «Jeg vil øse vann over det tørste og strømmer over det tørre. Jeg vil utgyte min And over din ætt og min velsignelse over din etterslekt.» Jes 44:2,3. {HOL 87.9}

«Vend dere til meg og bli frelst, alle jordens ender!» Jes 45:22. {HOL 88.1}

«Han tok på seg våre plager og bar våre sykdommer.» «Han ble såret for våre overtredelser, knust for våre misgjerninger. Straffen lå på ham, for at vi skulle ha fred, og ved hans sår har vi fått legedom.» Mat 8: 17; Jes 53:5. {HOL 88.2}

Kapitel 8 - Legen er også en lærer

En samvittighetsfull lege vil også gi undervisning. Han har forstått at han har ansvar ikke bare overfor de syke som han har en direkte omsorg for, men også overfor de menneskene han lever blant. Det er hans oppgave å vokte over både fysisk og moralsk helse. Han vil forsøke ikke bare å lære fra seg hvordan man skal gå fram for å behandle sykdom, men også å oppmuntre folk til å følge gode vaner i livet og å spre kunnskap om riktige prinsipper. {HOL 89.1}

Behovet for helseopplysning

Aldri før har det vært større behov for helseopplysning ennnå. Til tross for all den fantastiske framgangen som er blitt gjort når det gjelder å gjøre livet lettere for folk, også innen hygieniske spørsmål og behandlingen av sykdommer, så er nedgangen i fysisk styrke og utholdenhet alarmerende. Dette krever oppmerksomhet fra alle som har hjerte for sine medmenneskers velvære. {HOL 89.2}

Vår kunstige sivilisasjon gir grobunn for dårlige vaner som ødelegger sunne prinsipper. Skikk og bruk står i strid mot naturen. Det leveviset som blir oppmuntret og de svakheter som dette resulterer i, gjør at både fysisk og mental styrke blir mer og mer nedsatt, og menneskene påføres en byrde som de ikke klarer å bære. Overalt finner vi drukkenskap og kriminalitet, sykdom og elendighet. Mange bryter helselovene på grunn av uvitenhet, og disse trenger undervisning. Men de aller fleste handler mot bedre viten. Disse trenger å bli forklart hvor viktig det er å leve i overensstemmeIse med det de vet er riktig. En lege får mange anledninger til både å dele med andre kunnskap om helseprinsipper og å vise hvor viktig det er å sette dem ut i live. Gjennom god undervisning vil han kunne gjøre mye for å bøte på skader som i dag er årsak til ufattelige lidelser. {HOL 89.3}

En vane som i vår tid legger grunnlaget for et stort antall sykdommer og alvorlige skader, er den kritikkløse bruken av giftige narkotiske medikamenter. Når sykdommen angriper, er det mange som ikke vil gjøre seg den umak å finne ut hva som er årsaken til deres lidelse. Det viktigste for dem er å bli kvitt smerte og ubehag. Derfor søker de etter det de tror er et godt universal middel, uten å vite noe særlig om hva det inneholder. {HOL 90.1}

Eller de tar kontakt med en lege for å få ham til å skrive ut et medikament som kan motvirke resultatene av et feil levesett, uten å ha tanke for at de bør endre sine usunne vaner. Dersom de ikke merker bedring umiddelbart, forsøker de en annen medisin, og så enda en. Slik kommer man inn i en ond sirkel. {HOL 91.1}

Folk trenger å få undervisning om at narkotiske medikamenter ikke helbreder sykdom. Det er sant at de noen ganger kan gi øyeblikkelig lindring, og det kan virke som om pasienten kommer seg på grunn av slike medikamenter. Men dette skjer fordi naturen har livskraft nok til å fordrive giftstoffene og å reparere de forholdene som var årsak til sykdommen. Det som skjer, er at man blir frisk til tross for disse medikamentene. Men i de aller fleste tilfeller vil medikamentene bare forandre sykdommens måte å arte seg på. Ofte kan det virke som om giften er borte etter en tid, men virkningene vil bli i organismen og kunne påføre stor skade på et senere tidspunkt. {HOL 91.2}

Ved å bruke giftige medikamenter er det mange som påfører seg selv livsvarige sykdommer, og mange liv er gått tapt, som ellers kunne ha vært reddet om naturlige helbredelsesmetoder var blitt brukt. De giftene som finnes i mange såkalte medisiner, skaper vaner og lyster som kan bety ruin for både sjel og legeme. Mange av de populære uuiversalmidlene, som blir kalt seriøse medisiner, og til og med noen av medisinene som blir utskrevet av leger, er med på å legge grunnlaget for misbruk av alkohol, opium og morfin, som er en så stor forbannelse for samfunnet. {HOL 91.3}

Det eneste håpet en har for å kunne bedre på dette, ligger i å undervise folk om de riktige prinsippene. Legen må lære folk at den helbredende kraften ligger ikke i narkotiske medikamenter, men i naturen. Gjennom sykdom forsøker naturen å befri organismen fra forhold som kommer av at man har brutt helselovene. Når noen er syk, bør man lete etter årsakene. Usunne forhold må rettes på; dårlige vaner endres. Deretter bør man hjelpe naturen i dens forsøk på å fjerne urene stoffer og gjenopprette normale tilstander i organismen. . {HOL 91.4}

Naturens egne medisiner

Ren luft, sollys, avholdenhet, hvile, trening, riktig kosthold, vann og tillit til Gud - dette er de aller beste legemidler en kan bruke. Alle burde ha kunnskaper om naturens egne legemidler og hvordan en skal bruke dem. Det er vesentlig både å forstå de prinsippene som ligger til grunn når en skal behandle de syke, og å ha praktisk øvelse, som vil gjøre en i stand til å bruke denne kunnskapen riktig. {HOL 92.1}

Å bruke naturens egne legemidler krever en god porsjon omhu og arbeid som mange ikke er villig til å yte. Naturen helbreder og bygger opp gradvis, og den som er utålmodig kan synes at dette går for sakte. Det kan være et stort offer å gi opp en skadelig last. Men i det lange løp vil en oppdage at når naturen får arbeide uhemmet, gjør den sitt arbeid godt og med stor visdom. Den som trofast følger dens lover, vil høste sin lønn i form av en sunn kropp og et sunt sinn. {HOL 92.2}

Som regel vier man altfor liten oppmerksomhet til det å ta vare på helsen. Det er mye bedre å unngå sykdom enn å vite hvordan man skal behandle den når man først er

rammet. Hvert eneste menneske har plikt til å gjøre seg kjent med livets lover og å følge dem samvittighetsfullt, ikke bare for sin egen skyld, men også av hensyn til det samfunnet man lever i. Alle trenger å kjenne den mest fantastiske av alle organismer - menneskekroppen. Vi burde forstå hvordan de ulike organene fungerer, og hvordan de er avhengige av hverandre for at de alle kan arbeide sunt. Vi burde studere hvordan sinnet og kroppen gjensidig påvirker hverandre, og de lovene de blir styrt etter, {HOL 92.3}

Øvelse til livets kamp

Man kan ikke ofte nok minne om at sunnhet ikke er avhengig av tilfeldigheter. Sunnhet er noe som kommer av å vare lydig mot lover. Dette er noe som deltakere i sport og friidrett har oppdaget forlengst. Disse gjør de mest omhyggelige forberedelsene. De underlegger seg grundig trening og streng disiplin, og hver eneste vane som har med kroppen å gjøre, blir nøye regulert. De vet at å overse, å overdrive eller å være likegyldig vil svekke eller ødelegge organer eller kroppsfunksjoner, og de ville være sikre på å tape. {HOL 92.4}

Hvor mye viktigere er det ikke å vise en omhu som sikrer seier i livets kamp. De kampene vi kjemper er ikke bare lek. Vi tar del i en kamp som har evige følger. Fiendene vi møter er usynlige. Onde engler gjør det de kan for å sikre seg herredømme over hvert eneste menneske. Alt som skader helsen, ødelegger ikke bare vår fysiske kraft, men svekker gjerne også våre mentale og moralske krefter. Om vi gir etter for en eller annen usunn vane, vil det bli vanskelig for oss å skille mellom rett og galt og derfor også vanskeligere å motstå fristelser. Det øker faren for å bli overvunnet og lide nederlag. {HOL 93.1}

«De som løper på idrettsbanen de løper alle, men bare en får seiersprisen.» l Kor 9:24. I den kampen som vi tar del i, kan alle som vil rette sine liv inn etter de riktige prinsippene, vinne. Det blir ofte fremstilt som om det ikke er av særlig betydning å praktisere disse prinsippene i livets små detaljer - så små at de ikke er verd å bli viet oppmerksomhet. Men når vi ser på hva som står på spill, er det ingenting av det vi har med å gjøre, som er lite. Enhver handling vil veie på vektskålen som avgjør om livet skal føre til seier eller til nederlag. Skriften byr oss: «Løp da slik at dere kan vinne den!» Vers 24. {HOL 93.2}

Fordi våre første foreldre ikke kunne styre sine lyster, førte det til at de mistet Edens hage. Mer enn vi forstår har måtehold i alle forhold sammenheng med at vi skal gjenvinne Edens hage. {HOL 93.3}

Når Paulus omtaler den selvfornektelsen som konkurrentene i oldtidens greske idrettsleker utviste, skrev han: «Enhver som deltar i idrettstevling, er avholdende i alt - de altså for å vinne en forgjengelig krans, men vi en uforgjengelig. Så løper jeg da ikke som

på det uvisse, jeg kjemper ikke som en som fekter i løse luften. Men jeg undertvinger mitt legeme og holder det i trelldom, for at jeg som forkynner for andre, ikke selv skal finnes uverdig.» Versene 25-27. {HOL 93.4}

Om en reform skal lykkes eller ikke, er avhengig av om man har en klar forståelse av hva som er de grunnleggende sannhetene. Mens det på den ene siden lurer en fare i å være en kald og hard tilhenger av det bestående, ligger det også en fare i å være likegyldig og frisinnet. Grunnlaget for all varig reform finner vi i Guds lov. Det er vår oppgave å fortelle på en klar og tydelig måte hvor viktig det er å adlyde denne loven. Folk må få høre om de prinsippene som finnes i den. De er like evige og uforanderlige som Gud selv. {HOL 94.1}

En av de mest bedrøvelige følger av det første frafallet, var at mennesket mistet evnen til selvkontroll. Bare i den grad denne evnen blir gjenvunnet, kan det skje virkelig framgang. {HOL 94.2}

Det er gjennom det som skjer i kroppen, at sinn og sjel blir utviklet og karakteren dannet. Det er derfor sjelefienden forsøker gjennom sine fristelser å svekke og ødelegge våre fysiske krefter. Dersom han lykkes på dette området, betyr det at den onde får makt over hele mennesket. Dersom vår fysiske natur ikke var styrt av en høyere makt, ville det bety den sikre undergang og død for oss. {HOL 94.3}

Det er viktig å vinne herredømme over sin egen kropp. Det er de høyere kreftene i mennesket som må få herske. Lystene må kontrolleres av viljen, som igjen må være kontrollert av Gud. Fornuftens kongelige makt må helliges ved guddommelig nåde og få lov til å styre i våre liv. {HOL 94.4}

Vi må la Guds krav få sin rettmessige plass tilbake i samvittigheten. Menn og kvinner må våkne opp og forstå hvilken plikt de har til å øve selvkontroll, hvor nødvendig det er å leve et rent liv, fri for enhver nedbrytende last og skitten vane. De trenger å få en klar forståelse av at alle deres krefter i sinn og kropp er Guds gaver, som må bli holdt i best mulig form for at de skal kunne gjøre tjeneste for ham. {HOL 94.5}

I den gamle religiøse forordningen, som symboliserte evangeliet, måtte det offeret som ble ført fram for Gud, være uten lyte. Det offeret som skulle symbolisere Kristus, måtte

være feilfritt. Guds ord framstiller dette som et bilde på hva Guds barn skal være «levende og hellige offer til Guds behag» -«hellig og ulastelige». Rom 12:1; Ef 5:27. {HOL 94.6}

Det er ikke mulig å gjennomføre en virkelig forandring uten ved hjelp av Guds kraft. Menneskelige barrierer mot naturlige og kulturelt betingede tilbøyeligheter er som

sandbanker mot strie strømmer. Ikke før Kristi liv blir den kraft som gir oss liv, vil det være mulig for oss å motstå de fristelsene som stormer mot oss både innenfra og utenfra. {HOL 95.1}

Kristus kom til denne verden og levde lydig mot Guds lov for at menneskene skulle ha mulighet til å vinne fullt herredømme over de naturlige tilbøyelighetene som ødelegger sjelen. Han som er sjelens og legemets lege, gir oss seier over de lyster som kjemper inni oss. Han har gjort alt som trengs for at mennesket skal kunne eie en sunn og hel karakter. {HOL 95.2}

Når et menneske overgir seg til Kristus, blir sinnet brakt inn under lovens herredømme. Men dette er den kongelige loven, som erklærer at alle fanger er fri. Ved å bli ett med Kristus blir mennesket frigjort. Å underkaste seg Kristi vilje betyr å gjenvinne sitt fulle menneskeverd. {HOL 95.3}

Lydighet mot Gud er det samme som frihet fra syndens trelldom, befrielse fra menneskelige lyster og drifter. Et menneske kan vinne seier over seg selv, over sine egne tilbøyeligheter, over makter og myndigheter og over «ondskapens åndehær i himmelrommet». Ef 6:l2. {HOL 95.4}

Ikke noe sted er denne undervisningen mer nødvendig og ikke noe sted vil den være til større nytte enn i hjemmet. Det er foreldrene som danner grunnlaget for vaner og karakter. Skal man prøve å forandre andres liv, må man begynne å undervise om hvordan prinsippene i Guds lov gjelder for både den fysiske og moralske helsen. Vis at den eneste sikkerhet mot de onder som tvinger verden til ødeleggelse, er lydighet mot Guds ord. Gjør det klart hvilket ansvar foreldre har ikke bare overfor seg selv, men også overfor sine barn. De gir barna sine et eksempel som gjør at de enten blir lydige eller ulydige mot Guds påbud. Gjennom deres eksempel og undervisning bestemmes hele familiens skjebne. Barna vil bli hva foreldrene gjør dem til. {HOL 95.5}

Om man kunne få foreldre til å se hva som ble resultatet av deres egen måte å handle på, og forstå hvordan de gjennom sitt eksempel og sin undervisning stimulerer og øker syndens eller rettferdighetens kraft, ville de helt sikkert endre kurs. Mange ville vende seg bort fra tradisjoner og vaner og isteden akseptere de guddommelige livsprinsippene. {HOL 96.1}

Eksemplets makt

Den lege som besøker folk i deres hjem, som sitter ved sykesengen, som lindrer deres plager, som bringer dem tilbake fra grensen til døden og taler om håp for dem som skal dø, vinner en tillit og en plass i deres hjerter som få andre kan oppnå. Selv ikke de som forkynner evangeliet er gitt så store muligheter eller en så vidtrekkende innflytelse. {HOL 96.2}

Det eksemplet legen viser burde ikke i mindre grad enn den undervisning han gir være en positiv kraft til det gode. For å kunne endre andres liv trengs menn og kvinner som gjennom sine liv er eksempler på hva selvkontroll betyr. Bare om vi selv etterlever de prinsippene vi hevder, får de betydning for andre. Verden trenger en levende demonstrasjon på at menneskene kan få tilbake sin tapte kongelige verdighet ved at de gjennom Guds nåde vinner herredømmet over seg selv. Det er ikke noe verden behøver så mye som kunnskap om evangeliets kraft åpenbart gjennom et kristent liv. {HOL 96.3}

Leger blir stadig brakt i kontakt med slike som trenger styrke og oppmuntring fra et godt eksempel. Mange har en svak moralsk styrke. De mangler selvkontroll og blir lett bytte for fristelser. En lege kan hjelpe slike mennesker bare i den grad han i sitt eget liv viser at han er så prinsippfast at han kan overvinne skadelige vaner og nedbrytende lyster. I hans liv må man kunne se at en guddommelig kraft er i virksomhet. Dersom dette mangler, vil den innflytelsen han kan øve over andre, virke til det onde, samme hvor treffende eller overtalende hans ord måtte være. {HOL 96.4}

Mange som har blitt moralske vrak på grunn av sine egne dårlige vaner, søker medisinsk veiledning og behandling. De er knuste, svake og sårete mennesker, som innser hvor tåpelige de har vært, men uten å klare å komme ut av sine problemer ved egen kraft. Slike burde ikke møte noe i sine omgivelser som kan oppmuntre dem til å holde fast ved de tanker og følelser som har gjort dem til det de er. De trenger å få puste i en atmosfære av rene, høye og edle tanker. Det er et fryktelig ansvar som hviler på dem som burde gi slike pasienter et godt eksempel, hvis de selv er slaver av skadelige vaner og øver en innflytelse som gir fristelsene større makt! {HOL 97.1}

Legen og avholdssaken

Mange av dem som kommer under legens behandling, har ødelagt sin sjel og sin kropp fordi de har brukt tobakk eller alkohol. Hvis en lege følger sitt ansvar, må han gjøre det klart for disse pasientene hva som er årsaken til deres lidelser. Men hvilken vekt vil hans ord ha dersom han selv bruker tobakk eller alkohol? Vil han ikke nøle med å peke på hva som er årsaken til den sykdommen pasienten lider av, dersom han vet at han selv er slave av de samme giftene? Hvordan kan han overbevise ungdom om skadevirkninger hvis han bruker disse stimulansene selv? {HOL 97.2}

Hvordan kan en lege stå fram som et eksempel på renhet og selvkontroll, hvordan kan han arbeide effektivt for avholdssaken, hvis han selv ligger under for en skammelig vane? Hvordan er det mulig for ham å gjøre en god tjeneste ved sengen til syke og døende hvis til og med pusten hans har en ubehagelig stank av alkohol eller tobakk? {HOL 97.3}

Hvordan kan han fortjene den tilliten man har til ham som en dyktig lege, hvis han skader sine nerver og omtåker sin hjerne ved å bruke narkotiske gifter? Da vil det være umulig for ham å oppfatte raskt og handle med presisjon! {HOL 97.4}

Dersom han ikke følger de lover som styrer hans egen kropp, dersom han foretrekker en egoistisk nytelse fremfor en sunn sjel i et sunt legeme, eklærer han ikke da at han ikke er skikket til å ha ansvar for andre menneskers liv? {HOL 97.5}

Uansett hvor dyktig og trofast en lege er, så vil han i sin gjerning møte mye som tilsynelatende er nedslående nederlag. Det vil ofte skje at hans arbeid ikke fører til det resultatet som han lengter etter å nå. Selv om pasientene hans blir friske, så vil det kanskje ikke bli til virkelig velsignelse verken for dem selv eller for verden. Mange gjenvinner helsen bare for på nytt å ta fatt på de lastene som var årsak til sykdommen. Like ivrige som før kaster de seg igjen inn de samme selvopptatte lastene og tåpelighetene. Det kan virke som om det arbeidet legen har gjort for dem, er bortkastet. {HOL 98.1}

Kristus hadde den samme erfaringen, men allikevel unnlot han ikke å hjelpe et eneste lidende menneske. Av de ti spedalske som ble helbredet, var det bare en som satte pris på gaven, og det var en utlending og samaritaner. På grunn av denne ene helbredet Kristus alle ti. Dersom en lege i dag ikke lykkes bedre enn Frelseren, så bør han lære en lekse av Den Store Lege. Det står skrevet om Kristus: «Han skal ikke bli utmattet, og hans kraft skal ikke bli knekket.» «Fordi hans sjel har hatt møye, skal han se det og mettes.» Jes 42:4; 53:11. {HOL 98.2}

Om det så var bare en eneste sjel som ville ta imot hans evangelium om nåde, så ville Kristus for å frelse denne ene ha valgt et liv med slit og ydmykelse og en skamfull død. Har ikke vi grunn til å juble om det så bare er et eneste menneske, som på grunn av våre anstrengelser, vil la seg løfte opp og bli skikket til å lyse i Herrens saler? {HOL 98.3}

En lege har vanskelige og prøvende plikter. For å kunne utrette dem best mulig trenger han en sterk kropp og god helse. En som er sykelig og svak, kan ikke utholde det anstrengende arbeidet som følger med en leges kall. En som mangler fullkommen selvkontroll, er ikke kvalifisert til å behandle alle former for sykdom. {HOL 98.4}

Det kan virke som om en leges liv hele tiden ligger i skyggen fordi han ofte blir berøvet søvn, ikke får tid til å spise eller blir i stor grad hindret fra å ta del i sosiale gleder og religiøse velsignelser. De lidelsene han er vitne til, de døende som er avhengige av hans hjelp, den kontakt han har med dem som opplever elendighet, gjør hans hjerte sykt og kan nesten ødelegge all tillit til det menneskelige. {HOL 98.5}

I kampen mot sykdom og død blir all hans kraft anstrengt til det ytterste av hva han kan tåle. Følgene av dette fryktelige presset stiller karakteren på en vanskelig prøve. Det

er i slike tilfeller at fristelser har sin største makt. Mer enn noen i andre yrker trenger legen selvkontroll, en ren ånd og en tro som har grepet fast i himmelen. For andres og sin egen skyld har han ikke råd til å sette til side de fysiske lover. Den som er likegyldig når det gjelder fysiske vaner, har en tendens til å være likegyldig også på det moralske plan. {HOL 99.1}

En lege kan bare være trygg om han under alle omstendigheter handler etter prinsipper som har sin styrke og renhet fordi de er grunnfestet i Gud. Hans karakter må være av høyeste moralske standard. Hver dag, hver time og hvert øyeblikk må han leve i bevisstheten om at den usynlige verden holder øye med ham. Som Moses må han holde ut «som om han så den usynlige». Heb 11:27. {HOL 99.2}

Rettferdighet har sin rot i gudsfrykt. Ikke noe menneske kan over tid vise sine medmennesker et rent liv fullt av kraft dersom hans liv ikke er skjult med Kristus i Gud. Jo mer han arbeider blant mennesker, desto nærmere forbindelse må det være mellom hans hjerte og himmelen. {HOL 99.3}

Jo viktigere plikter og jo større ansvar en lege har, desto større behov har han for guddommelig kraft. Han må ta seg tid til å legge det timelige til side for å studere det evige. Han må stå imot alt det verdslige som prøver å snike seg inn i livet hans, og som i neste omgang ville legge seg så tungt over ham at han lot seg skille fra kilden til all styrke. Mer enn alle andre burde han gjennom bønn og bibelstudium stille seg under Guds beskyttelse. Han må til enhver tid vite at han lever i overensstemmelse med sannhetens, rettferdighetens og nådens prinsipper, som er egenskaper fra Gud som et menneske kan åpenbare gjennom sitt liv. {HOL 99.4}

Bare i samme grad man tar imot og adlyder Guds ord, vil det med sin kraft og sitt liv prege hver handling og hver side av karakteren. Det vil gjøre enhver tanke ren og styre ethvert behov. De som setter sin lit til Guds ord, vil vise seg som helstøpte mennesker og være sterke. De vil heve seg over alt det lave, opp til en atmosfære som er fri fra alt urent. {HOL 100.1}

Når et menneske har samfunn med Gud, vil den samme urokkelige vilje som bevarte Josef og Daniel rene midt i de hedenske hoffene, gjøre hans liv ubetinget rent. Hans karakters kledning vil være uten lyte. Gjennom hans liv vil Kristi lys skinne uten å bli satt under en skjeppe. Den klare morgenstjernen vil alltid skinne med uforandret herlighet. {HOL 100.2}

Et slikt liv til være en kraft i samfunnet. Det vil være en barriere mot ondskap, et vern for dem som blir fristet, og en ledestjerne for dem som prøver å finne den rette veien gjennom vansker og mismot. {HOL 100.3}

HELSEARBEIDERENS OPPGAVE

Kapitel 9 - Undervisning og helbredelse

De «skal være midt iblant mange folk som dugg fra Herren». *Mika 6:6.* {HOL 101.1}

Da Jesus sendte ut de tolv disiplene på deres første misjonsreise, bød han dem: «Når dere går av sted; så forkynn: Himlenes rike er kommet nær! Helbred syke, vekk opp døde, rens spedalske, driv ut onde ånder! For intet har dere fått det, for intet skal dere gi det.» Mat 10:7,8. {HOL 101.2}

Til de sytti som han sendte ut noe senere, sa han: «Når dere kommer inn i en by og de tar imot dere, så ... helbred de syke, og si til dem: Guds rike er kommet nær til dere!» Luk: 10:8,9. Kristus var sammen med dem med sin kraft, og «de sytti kom glade tilbake og sa: Herre, til og med de onde ånder adlyder oss i ditt navn!» Vers 17. {HOL 101.3}

Etter Kristi himmelfart fortsatte det samme arbeidet. Det som hadde skjedd under hans gjerning, gjentok seg. «Fra byene rundt Jerusalem kom det mengder av folk som førte med seg syke og slike som var plaget av urene ånder. Og alle ble helbredet.» Apg 5:16. {HOL 101.4}

Og disiplene «gikk ut og forkynte overalt. Og Herren virket med.» «Filip kom da ned til en by i Samaria og forkynte Kristus for dem. De gav akt på alt det som ble sagt av Filip, da de hørte og så de tegn han gjorde. For det var mange som hadde urene ånder, og de for ut av dem med høye skrik. Og mange vanføre og lamme ble helbredet. Og det ble stor glede der i byen.» Mark 16:20; Apg 8:5-8. {HOL 101.5}

Disiplenes arbeid

Lukas, forfatteren av det evangeliet som bærer hans navn, var en misjonslege. l Skriften blir han kalt «den kjære legen». Kol 4:14. Apostelen Paulus hadde hørt om hvor dyktig lege han var, og oppsøkte ham fordi han var en som Herren hadde utrustet for å gjøre en spesiell gjerning. Han sikret seg hans samarbeid, og for en tid var Lukas sammen med ham på hans reiser fra sted til sted. Etter en tid forlot Paulus Lukas i Filippi i Makedonia. Her fortsatte han å arbeide i mange år, både som lege og som evangeliets forkynner. Gjennom sitt arbeid som lege tjente han de syke, og han bad om at Guds helbredende kraft måtte hvile over dem som var plaget. På denne måten ble døren åpnet for evangeliets budskap. Fordi Lukas hadde framgang som lege, fikk han mange anledninger til å forkynne Kristus blant hedningene. Det er den guddommelige plan at vi skal arbeide slik disiplene gjorde. Fysisk helbredelse er sterkt knyttet til den evangeliske virksomheten. Når man skal forkynne evangeliet, må man ikke skille undervisning og pleie for de syke fra hverandre. {HOL 102.1}

Gjennom sitt arbeid skulle disiplene være med på å spre kunnskap om evangeliet. De var blitt overlatt ansvaret for å forkynne for hele verden de gode nyhetene som Kristus hadde brakt til menneskene. Dette gjorde de for dem som levde i deres egen samtid. Det tok bare en generasjon for å bringe evangeliet til hvert eneste folk under himmelen. {HOL 102.2}

De som bærer Guds navn, har fått i oppdrag å gi hans evangelium til verden. Evangeliet er det eneste middel mot den synd og elendighet som finnes på jorden. De som kjenner Guds helbredende kraft, har som sin fremste oppgave å gjøre kjent for alle mennesker budskapet om hans nåde. {HOL 102.3}

Da Kristus sendte disiplene ut med evangeliet, var troen på Gud og på hans ord så godt som borte fra verden. Blant jødene, som gjorde krav på å ha kunnskap om Jehova, var hans ord satt til side for tradisjon og menneskelige spekulasjoner. Egoistisk ærgjerrighet, trang til å sette seg selv fremst og pengebegjær fylte menneskenes tanker. Etter hvert som ærbødigheten for Gud forsvant, ble også nestekjærligheten borte. Egoisme var det herskende prinsipp, og Satan fikk sin vilje ved å føre menneskeheten ned i elendighet og forfall. {HOL 103.1}

Sataniske krefter tok styringen over mennesker. Menneskers legemer, som var skapt for at Gud skulle bo i dem, ble oppholdssted for demoner. Deres sanser, nerver og organer ble brukt av overnaturlige krefter for å tilfredsstille menneskets laveste lyster. Ansiktstrekk var preget av at demoner hadde herredømmet, og de gjenspeilte at mennesker var besatt av ondskapens legioner. {HOL 103.2}

Hvordan er tilstanden i verden i dag? Er ikke troen på Bibelen like effektivt ødelagt av vår tids liberale bibelkritikere og spekulasjoner som den var av tradisjoner og rabbinernes lære på Kristi tid? Har ikke penge begjær, egoistisk ærgjerrighet og kjærlighet til fornøyelser et like sterk tak på menneskenes hjerter nå som den gang? Hvor få er det ikke som lar seg styre av kristne prinsipper i den kristne delen av verden, ja, endog i de kristne menighetene! Hvor få er det ikke som lar Kristi lære styre de daglige gjøremål i forretningslivet, i det sosiale livet, hjemme og i religiøse sammenkomster! Er det ikke sant at «rettferdigheten står langt borte..., og det rette kan ikke finne inngang Sannheten ble borte. Den som holdt seg fra det onde, ble plyndret». Jes 59:14,15. {HOL 103.3}

Vi lever midt oppi en epidemisk kriminalitet som tenkende, gudfryktige mennesker overalt er forferdet over. Det er ikke mulig for noe menneske å beskrive den råttenskapen som finnes. Hver dag får vi ferske nyheter om politisk strid, korrupsjon og svindel. Hver dag blir vi kjent med hjerteskjærende fortellinger om vold og lovløshet, om likegyldighet overfor menneskelige lidelser, om brutal og djevelsk utryddelse av mennesker. Hver dag får vi nye vitnesbyrd om galskap, mord og selvmord. Hvem kan tvile på at sataniske

krefter virker blant menneskene med stadig økende aktivitet for å forvirre og bryte ned sinnet, for å skade og ødelegge kroppen? {HOL 104.1}

Og mens verden er full av alle disse onder, blir evangeliet ofte forkynt på en så likegyldig måte at det gjør lite inntrykk på menneskers tanker eller livsførsel. Overalt finnes det hjerter som roper etter noe de ikke har. De lengter etter en kraft som kan gi dem herredømme over synd, en kraft som vil gi sunnhet og liv og fred. Mange som en gang har kjent Guds ord, har holdt seg på slike steder hvor det ikke er mulig å få øye på Gud, og nå lengter de etter at Gud skal være til stede. {HOL 104.2}

Verden trenger i dag det samme som den trengte for nitten hundre år siden - en åpenbaring av Kristus. Det er behov for et stort reformarbeid, og det er bare ved Kristi nåde at det er mulig å gjennomføre det som trengs for å føre mennesket tilbake til det opprinnelige på det fysiske, mentale og åndelige plan. {HOL 104.3}

Ikke noen annen metode enn den Kristus brukte vil gi virkelig suksess når det er snakk om å nå mennesker. Frelseren blandet seg med menneskene som en som ønsket at de skulle ha det godt. Han viste dem sin sympati, fylte deres behov og vant deres tillit. Så bød han dem: «Følg meg.» {HOL 104.4}

Det aller beste er å komme nær mennesker gjennom personlig kontakt. Dersom vi brukte mindre tid på å preke og mer tid til mennesker på det personlige plan, ville vi kunne oppnå større resultater, Vi må lindre de fattiges nød, pleie, de syke, trøste dem som har sorg, undervise de uvitende, gi råd til de uerfarne. Vi må lære oss å gråte med dem som gråter og glede oss sammen med dem som har glede. Gjør vi dette sammen med overtalelsens kraft, bønnens kraft og den kraft som ligger i Guds kjærlighet, så vil det ikke, ja, det kan ikke være uten frukt. {HOL 104.5}

Vi burde alltid huske at hensikten med helsemisjon er å vise menn og kvinner som er syk av synd, veien til mannen på Golgata, han som tar bort verdens synd. Ved å se på ham vil de bli forvandlet til hans bilde. Vi må oppmuntre dem som er syke og lider, å se på Jesus og leve. Helsearbeidere må alltid holde Kristus, Den Store Lege, foran dem som har mistet motet på grunn av sykdom på legeme og sjel. Vis dem veien til ham som leger både fysiske og åndelige plager. Fortell dem om ham som har medlidenhet med dem i deres svakhet. Gi dem oppmuntring til å la seg pleie av ham som gav sitt liv for å gjøre det mulig for dem å få evig liv. Tal om hans kjærlighet; tal om hans makt til å frelse. {HOL 105.1}

Dette er den høyeste plikt og den mest dyrebare forrett medisinsk personell har. Og personlig tjeneste legger ofte forholdene til rette for å kunne gjøre dette. Gud når ofte hjerter når vi gjør det vi kan for å lindre fysisk lidelse. Helsemisjon er det pionerarbeidet

som går foran forkynnelsen av evangeliet. Vi skal preke og praktisere evangeliet ved å forkynne ordet og utføre helsearbeid. {HOL 105.2}

Nesten overalt finnes det mange mennesker som ikke vil høre på når Guds ord blir forkynt, eller være til stede ved religiøse møter. Om disse skal blitt grepet av evangeliet, må det skje gjennom hjemmene deres. Den eneste måten man kan nå dem på, er ofte ved å lindre deres fysiske lidelser. En troende som pleier for de syke og lindrer lidelsene til de fattige, vil kunne finne mange muligheter til å be med dem, lese fra Guds ord med dem og snakke om Frelseren med dem. De kan be sammen med og for de hjelpeløse som ikke selv har viljestyrke nok til å styre lyster som lidenskaper har satt ut av kontroll. De kan bringe en lysstråle av håp inn i livene til dem som er nedslåtte og mismodige. Deres utadvendte kjærlighet, som kommer til uttrykk gjennom uegennyttig vennlighet, vil gjøre det lettere for dem som lider å tro på Kristi kjærlighet. {HOL 105.3}

Det er mange som ikke har noen tro på Gud, og som har mistet all tillit til mennesker. Men de setter pris på hjelpsomhet og sympati. Når en som ikke bryr seg om ros og belønning fra mennesker, kommer hjem til dem og tar seg av de syke, gir mat til de sultne, kler de nakne, trøster de sørgende og forsiktig retter oppmerksomheten mot ham som har utsendt mennesker for å vise kjærlighet og omsorg - når de ser dette, vil deres hjerter bli rørt. De blir takknemlige. Troen tennes. De forstår at Gud bryr seg om dem, og de er villige til å lytte når hans ord blir åpnet. {HOL 106.1}

I fremmede land så vel som hjemme vil alle misjonsarbeidere, både kvinner og menn, komme mye lettere i kontakt med folk og oppleve at de er til enda større nytte om de er i stand til å få gjort noe for de syke. Kvinner som drar som misjonærer til hedenske land, vil på denne måten finne anledninger til å dele evangeliet med kvinnene i disse landene, selv om alle andre dører er lukket. Alle som er i arbeid for evangeliets sak, burde vite hvordan man gir enkel behandling som kan bety mye for å lindre smerte og ta bort sykdom. {HOL 106.2}

Undervisning i helseprinsipper

De som arbeider for å spre evangeliet, bør også være i stand til å undervise i prinsippene for hvordan en skal leve sunt. Det finnes sykdom overalt, og de fleste av disse kan man unngå om man retter seg etter helselovene. Folk trenger å forstå at det er et forhold mellom helseprinsippene og deres eget velvære, både når det gjelder dette og det kommende livet. De trenger å våkne opp og forstå sitt ansvar for den bolig Skaperen har gjort i stand som et tempel i deres egen kropp, og at han ønsker at de skal ta trofast vare på det han har betrodd dem. De trenger å få understreket sannheten som kommer fram i Den hellige skrift: {HOL 106.3}

«Vi er jo den levende Guds tempel, som Gud har sagt: Jeg vil bo hos dem, jeg vil være deres Gud og de skal være mitt folk.» 2 Kor 6:16. {HOL 106.4}

Tusener trenger og vil være mer enn glad for å ta imot undervisning om enkle metoder for å behandle de syke - metoder som vil komme istedenfor bruken av giftige medikamenter. Det er et stort behov for undervisning om en reform innen kosthold. Dårlige spisevaner og bruk av usunn mat er ikke i liten grad ansvarlig for den drukkenskap, kriminalitet og elendighet som er en forbannelse for verden i dag. {HOL 107.1}

Når man skal undervise om helseprinsipper, må man ha klart for seg det egentlige formålet med reform - at hensikten er å fremme den aller beste utviklingen i kropp, sinn og sjel. Vis at naturens lover, som også er Guds lover, er laget for vårt eget beste, og at vi vil oppleve lykke i dette livet og hjelp til å berede oss for det kommende livet om vi er lydige mot disse lovene. {HOL 107.2}

Det er viktig å få folk til å studere hvordan Gud har åpenbart sin kjærlighet og visdom i naturen. Få dem til å studere menneskekroppen, den fantastiske organismen, og de lovene som styrer denne. De som ser bevisene på Guds kjærlighet, som forstår litt av den visdom som ligger i hans lover, og fordelene ved å være lydige mot dem, vil komme til å betrakte sine plikter og sitt ansvar fra en helt ny synsvinkel. Istedenfor å se på det å være lydig mot helselovene som et offer eller en selvfornektelse, vil de se det slik som det egentlig er, nemlig en uvurderlig velsignelse. {HOL 107.3}

Alle som forkynner evangeliet, burde føle at det å undervise om prinsippene for et sunt liv er en del av det arbeidet de er satt til. Det er et stort behov for dette arbeidet, og verden er åpen til å ta imot det. . {HOL 107.4}

Overalt er det en tendens til å la organisasjoner utføre arbeid istedenfor å ta personlige kontakt. Det ligger innebygget i menneskenes måte å tenke på å ville samle, sentralisere og bygge store kirker og institusjoner. Svært mange overlater til institusjoner og organisasjoner å utføre den veldedighet som trengs, og de unnlater å komme i kontakt med verden. På denne måten blir hjerter kalde. Man blir selvopptatt, og ingenting gjør inntrykk på en lenger. Kjærligheten til Gud og mennesker dør ut i sjelen. {HOL 107.5}

Kristus bød sine etterfølgere å utføre et personlig arbeid - et arbeid som ikke kan overlates til andre. Det er ikke komiteer og veldedige organisasjoner som skal tjene de syke og fattige eller forkynne evangeliet for de fortapte. Personlig ansvar, personlig anstrengelse, personlig offer - det er hva evangeliet krever. {HOL 108.1}

«Gå ut på veiene og ved gjerdene og nød folk til å komme inn,» er Kristi befaling, «så mitt hus kan bli fullt.» Han bringer folk i kontakt med dem de ønsker å hjelpe. Han sier at det er ditt ansvar at du «lar hjemløse- stakkarer komme i hus - når du ser en naken, at du

da kler ham.» «På syke skal de legge sine hender, og de skal bli helbredet.» Luk 14:23; Jes 58:7; Mark 16: l8. Vi skal dele velsignelsene i evangeliet med andre gjennom direkte kontakt og personlig tjeneste. {HOL 108.2}

Da Gud gav lys til sitt folk i gammel tid, virket han ikke gjennom bare en klasse. Daniel var prins av Juda stamme. Jesaja var også av kongelig ætt. David var en hyrde gutt, Amos en gjeter, Sakarias en fange i Babylon, Elisja en jordbruker. Herren lærte opp profeter og prinser, rike og fattige, som sine representanter, og han underviste dem om den sannheten som skulle videre ut til verden. {HOL 108.3}

Alle som får del i Herrens nåde, får tildelt en oppgave for andre mennesker. Hver for oss skal vi stå på vår plass og si: «Her er jeg, send meg!» Jes 6:8. Ansvaret hviler på alle - på dem som forkynner ordet, på den troende sykepleieren, på den kristne legen, på hver enkelt kristen, enten det er en handelsmann, en bonde, en akademiker eller en håndverker. Det er vår oppgave å vise mennesker de gode nyhetene om deres frelse. Vi burde benytte enhver oppgave vi tar del i, til å gjøre det vi kan for å fremme Guds sak. {HOL 108.4}

De som tar vare på den oppgaven de er tildelt, vil ikke bare bli til velsignelse for andre, men de vil også selv bli velsignet. Vissheten om at de har utført sin plikt på en ansvarlig måte, vil virke positivt inn på deres egen sjel. De motløse vil glemme sin motløshet, de svake vil bli sterke, de uvitende vil bli kloke, og alle vil finne en hjelp som aldri svikter ham som kalte dem. {HOL 108.5}

Kristi menighet er opprettet for å tjene andre. Vårt motto er tjeneste. Medlemmene er som soldater, trent til strid under frelsens hærfører. Kristne predikanter, leger og lærere har en viktigere oppgave enn mange forstår. De skal ikke bare stå til tjeneste for folk, men også lære dem til selv å bli tjenere. De burde ikke bare undervise om de riktige prinsippene, men også lære sine elever hvordan de skal dele disse prinsippene med andre. En sannhet som ikke blir levd, som ikke blir delt med andre, mister sin livgivende kraft og helbredende styrke. Man kau bare beholde en velsignelse ved å dele den med andre. {HOL 108.6}

Vi må slutte å være ensporete i vår tjeneste for Gud. Hvert eneste menighets medlem burde bli engasjert i en eller annen form for tjeneste for Herren. Noen kan ikke gjøre like mye som andre, men alle bør gjøre sitt ytterste for å demme opp for den bølgen av sykdom og elendighet som skyller over verden. Mange ville være villige til å arbeide om de fikk opplæring i hvordan de skulle begynne. De trenger undervisning og oppmuntring. {HOL 109.1}

Enhver menighet burde være en skole for kristne arbeidere. Medlemmene burde bli opplært til å holde bibelstudier, hvordan de skal lede og undervise i en

sabbatsskoleklasse, hvordan de best kan hjelpe de fattige og pleie de syke, hvordan de skal arbeide for de uomvendte. Vi burde også undervise om helse, holde kokekurs og lære om forskjellige måter vi kan utrette kristen tjeneste på. Vi burde ikke bare undervise, men også gjøre tjeneste for andre under ledelse av en med erfaring. De som underviser må vise veien å gå for å arbeide for mennesker, og andre vil følge etter og lære av deres eksempel. Et eksempel er mer verd enn mange gode råd. {HOL 109.2}

Alle bør utvikle sine fysiske og mentale krefter til det ytterste av det som er mulig for å kunne arbeide for Gud der hvor han vil lede dem, Den samme nåden som Kristus gav til Paulus og Apollos, som skilte dem ut som åndelige kemper, vil han i vår tid gi til gudfryktige misjons arbeidere. Gud ønsker at hans barn skal ha en skarp intelligens og stor kunnskap, slik at hans herlighet kan bli åpenbart for verden med kraft og utvetydig klarhet. {HOL 109.3}

Utdannede arbeidere som har viet sitt liv til Gud, kan gjøre tjeneste på flere forskjellige måter og utføre et mer omfattende arbeid enn de som mangler utdannelse. Det at de har utviklet sine evner, gir dem fordeler fremfor andre. Men også de som verken har store talenter eller noen særlig utdannelse, kan utføre en fullt ut brukbar tjeneste for andre. Gud vil bruke mennesker som er villige til å la seg bruke. Det er ikke de mest briljante eller de rned flest talenter som sørger for de største og mest varige resultatene. Det er behov for menn og kvinner som har hørt et budskap fra himmelen. De mest effektive arbeiderne er de som svarer positivt på innbydelsen: «Ta mitt åk på dere og lær av meg.» Mat 11:29. {HOL 109.4}

Det som trengs er misjonsarbeidere,som legger sitt hjerte i tjenesten. Den som har fått hjertet berørt av Gud, er fylt av en stor lengsel etter å hjelpe dem som aldri har kjent hans kjærlighet, fordi deres tilstand er smertefull å se på. Ved å ta deres liv i sin hånd kan vi gå fram som inspirerte budbærere sendt fra himmelen for å utføre et arbeid sammen med engler. {HOL 110.1}

Dersom de som Gud har utrustet med store intellektuelle talenter, bruker disse gavene på en egoistisk måte, vil de etter en tid med prøvelser bli overlatt til seg selv. Gud vil velge slike som tilsynelatende ikke er så godt utrustet, og som ikke har for store tanker om seg selv. De svake vil han gjøre sterke fordi de stoler på at han vil gjøre for dem det som de ikke klarer å utrette selv. Gud setter pris på helhjertet tjeneste, og han vil selv veie opp manglene. {HOL 110.2}

Herren har ofte valgt som sine medarbeidere slike som bare har hatt anledning til å skaffe seg en begrenset skolegang. Disse har allikevel benyttet sine evner flittig, og Gud har belønnet dem for at de har vært trofaste i hans tjeneste, for at de har vært flittige, og for at de har tørstet etter kunnskap. Han har vært vitne til deres tårer og hørt deres bønner.

På samme måte som han velsignet fangene ved hoffet i Babylon, gir han også visdom og kunnskap til sine arbeidere i dag. {HOL 110.3}

Noen som har kommet fra lave sosiale lag og ikke nådd noe særlig langt i sin utdannelse, har ved Kristi nåde noen ganger vært utrolig framgangsrike når det gjelder å vinne mennesker for ham. Hemmeligheten bak deres suksess har vært at de har stolt på Gud. Hver eneste dag bar de lært av ham som gir underfulle råd og mektig kunnskap. {HOL 110.4}

Vi burde oppmuntre slike arbeidere. Herren leder dem i kontakt med slike som eier mer utpreget dyktighet, slik at de kan utfylle de mangler som andre har. Deres evne til hurtig å se hva som bør gjøres, den villighet de har til å hjelpe dem som er i nød, deres vennlige ord og handlinger, gjør det mulig å være til nytte der hvor vi ellers ikke kunne ha utrettet noe. De kommer i nær kontakt med mennesker som har vanskeligheter, og den overbevisning som ligger i deres ord, øver innflytelse over andre og har kraft i seg til å dra mange skjelvende sjeler til Gud. Det de utretter viser hva tusener av andre kunne ha gjort, om de bare hadde villet. {HOL 111.1}

En større omgangskrets

Ikke noe annet er med på å vekke en uegennyttig iver og høyne og styrke karakteren som å arbeide for andre. Mange som bekjenner seg til å være kristne og søker fellesskap i menigheten, tenker bare på seg selv. De ønsker å nyte den varme og pastorale omsorg som finnes i menigheten. De blir medlemmer av store og framgangsrike menigheter, og er tilfreds med å gjøre bare lite grann for andre. Slik berøver de seg selv for de største velsignelser. Mange ville bli storlig velsignet om de ofret sin behagelige, makelige omgangskrets. De trenger å gå dit hvor deres krefter vil komme til nytte i kristelig tjeneste for andre, og hvor de kan lære å bære ansvar. {HOL 111.2}

Trær som vokser tett sammen, blir ikke sunne og sterke. Gartneren planter dem om for at de skal få plass til å utvikle seg. Mange medlemmer av store menigheter ville ha godt av å bli behandlet på samme måte. De behøver å bli plassert på steder hvor deres evner og krefter kan bli brukt i tjeneste for Kristus. De mister sitt åndelige liv og blir forkrøplet og udugelige fordi de ikke får brukt seg i uegennyttig tjeneste for andre. Om de ble flyttet til en eller annen misjonsmark, ville de vokse seg store og kraftige. {HOL 111.3}

Men ingen trenger å vente til de blir kalt til en eller annen fjern utpost før de begynner å hjelpe andre. Alle steder finnes det åpne dører hvor vi kan gå inn og tjene andre. Overalt finnes det mennesker som trenger vår hjelp. Hvor vi enn snur oss, finner vi enken, den farløse, den syke og døende, den sørgende, den mismodige, den uvitende, den utstøtte. {HOL 112.1}

Vi burde føle det som vårt spesielle ansvar å arbeide for dem som bor i vårt nabolag. Tenk nøye over hvordan du best kan hjelpe dem som ikke har noen interesse av religiøse saker. Når du besøker vennene dine, skal du vise interesse ikke bare for deres åndelige velvære, men også for deres timelige behov. Tal til dem om Kristus som ham som tilgir synd. Inviter naboene dine hjem til deg og les for dem fra den dyrebare Bibelen og andre bøker som forklarer sannhetene som finnes der. Inviter dem til å ta del med deg i sang og bønn. I slike sammenkomster vil Kristus selv være til stede, slik han har lovt, og hjerter vil bli berørt av hans nåde. {HOL 112.2}

Menighetens medlemmer burde utdanne seg selv til denne type arbeid. Dette er like viktig som å frelse de menneskene som lever i mørke i fremmede land. Noen føler en byrde for sjeler langt borte, men de aller fleste av oss bor hjemme og burde føle ansvar for de verdifulle menneskene som bor omkring oss, og arbeide like ivrig for at de skal bli frelst. {HOL 112.3}

Mange beklager at de lever et for tomt liv. De kan selv gjøre sitt liv mer meningsfullt og virksomt om de vil. De som elsker Jesus med hjerte, sinn og sjel, og sin neste som seg selv, har et stort felt hvor de kan bruke sine evner og sin innflytelse. {HOL 113.1}

De små anledningene.

Ingen må la små anledninger gå forbi seg fordi de ser etter noen som er større. Du kan lykkes i å utføre en liten oppgave, men feile fullstendig når du prøver å gjøre en større jobb. Dette vil kunne gjøre deg mismodig. Om du gjør det du kan i det små, vil du utvikle evner til å det som krever mer av deg. Mange opplever ikke at deres liv gir frukt, og de visner hen fordi de ikke benytter de anledningene som hver dag blir gitt dem, og de overser de små oppgavene som ligger like for hånden deres. {HOL 113.2}

Stol ikke på hjelp fra andre mennesker. Se forbi menneskene og opp til ham som Gud utpekte for å bære vår sorg, ta vare på våre bekymringer og gi oss den hjelpen vi trenger. Ta Gud på ordet, begynn på nytt hvor du enn måtte finne en oppgave, og gå fram med urokkelig tro. Det er troen på at Kristus er til stede, som gir styrke og bestemthet. Arbeid med omhu, utholdenhet og uegennyttige motiver. {HOL 113.3}

På steder hvor forholdene har vært så vanskelige og nedslående at mange er uvillige til å reise dit, har det skjedd store forandringer på grunn av noen som har gitt sin selvoppofrende tjeneste. De har arbeidet tålmodig og iherdig og stolt på Gud og den nåde han har forsynt dem med, fremfor menneskelig kraft. Alt det gode som på denne måten er blitt utrettet, vil aldri bli kjent for denne verden. Men velsignelsene som har kommet på grunn av det de har gjort, vil vise seg i den kommende verden. {HOL 113.4}

Selvunderholdende misjonsarbeid

På mange steder kan selvunderholdende misjonsarbeidere virke med hell. Det var som selvunderholdende misjonsarbeider at apostelen Paulus gjorde tjeneste for å spre kunnskap om Kristus verden over. Mens han hver dag forkynte evangeliet i de store byene i Asia og Europa, arbeidet han med sitt håndverk for å underholde seg selv og sine medarbeidere. De avskjedsordene han gav til de eldste i Efesus, forteller noe om hvordan han arbeidet, og de inneholder en verdifull lekse for enhver misjonsarbeider: {HOL 114.1}

«Dere vet», sa han, «hvordan min ferd iblant dere var, hele tiden fra den første dag jeg kom til Asia. ... Jeg holdt ikke tilbake noe av det som kunne være til gagn for dere, men forkynte dere det og lærte dere det offentlig og i husene. ... Jeg har ikke traktet etter sølv eller gull eller klær fra noen. Dere vet selv at det jeg og de som var med meg trengte, det har disse hendene arbeidet for. På alle måter har jeg vist dere at slik bør vi arbeide, så vi kan ta oss av de svake. For vi minnes de ord Herren Jesus selv sa: Det er saligere å gi enn å ta imot.» Apg 20:18-35. {HOL 114.2}

Hvis vi eide den samme selvfomektelsens ånd, kunne mange i dag utføre et godt arbeid på en lignende måte. To eller flere kunne sammen begynne et evangelisk arbeid. De kunne besøke folk, be, synge, undervise, forklare Skriften og ta seg av de syke. Noen kan tjene til livets opphold ved å selge bøker, andre, som apostlene, kan arbeide som håndverkere eller noe annet arbeid. Etter hvert som arbeidet går framover, vil vi forstå hvor hjelpeløse vi er i oss selv, og hvor avhengige vi er av Gud, og vi vil vinne en velsignet erfaring. Herren Jesus går foran oss, og både blant rike og fattige vil vi få støtte og hjelp. {HOL 114.3}

De som har utdannet seg til medisinsk misjonsarbeid i fremmede land, burde bli oppmuntret til å dra med det samme dit hvor det er behov for dem, og begynne å arbeide blant folk samtidig som de lærer seg språket deres. Det vil ikke ta lang tid før de vil være i stand til å undervise om de enkle sannhetene i Guds ord. {HOL 114.4}

Overalt i verden er det behov for mennesker som bærer bud om barmhjertighet. Kristne familier er kalt til å dra til steder som lever i mørke og villfarelse, til fremmede land, gjøre seg kjent med de behov våre medmennesker har, og å arbeide for Mesterens sak. Dersom familier ville slå seg ned på slike mørke steder på jorden, steder hvor folket er innhyllet i åndelig formørkelse, og la Kristi lys skinne gjennom dem, ville de kunne utføre et mektig arbeid. {HOL 115.1}

Et slikt arbeid krever selvoppofrelse. Mens mange venter på at alle hindringer skal bli fjernet, forblir det arbeidet de skulle ha utført, ugjort, og mange mennesker dør uten håp og uten Gud. Det er noen som våger seg til ubebodde steder og tåler gladelig oppofrelse og vanskeligheter, dersom de kan tjene penger på det og lære noe av vitenskapelig

interesse. Men det er få som for sine medmenneskers skyld er villig til å flytte med sine familier til områder som trenger å høre evangeliet. {HOL 115.2}

Sann kristen tjeneste er å strekke seg ut etter mennesker, sam-me hvor de er og samme hvilken stilling eller hvilke forhold de er i, og å hjelpe dem på alle mulige måter. Gjør vi dette, kan vi vinne hjerter og åpne dører for å nå inn til fortapte sjeler. {HOL 115.3}

I alt ditt arbeid må du huske at du er forent med Kristus og utgjør en del av den.store frelsesplanen. Kristi kjærlighet må få lov til å strømme gjennom livet ditt som en legende og livgivende elv. Når du forsøker å trekke andre inn i den sirkelen som hans kjærlighet utgjør, må du la ditt rene språk, din uselviske tjeneste og din glade oppførsel bære vitnesbyrd om den makt som ligger i hans nåde. Vær en ren og rettferdig representant for ham i verden, for at menneskene kan få se hans skjønnhet. {HOL 115.4}

Det hjelper lite å forsøke å få andre til å forandre seg ved å angripe det vi måtte mene er dårlige vaner. En slik måte å gå fram på har oftere dårlige enn gode resultater. Da Jesus snakket med den samaritanske kvinnen, gav han seg ikke til å si noe nedsettende om Jakobs brønn, men la vekt på noe som var bedre. «Kjente du Guds gave,» sa han, «og visste du hvem det er som sier til deg: Gi meg å drikke - så ville du bedt ham, og han ville gi deg levende vann!» Joh 4: 10. Han ledet samtalen inn på den skatten han ønsket å gi henne, ved å tilby kvinnen noe bedre enn det hun eide, nemlig levende vann, evangeliets glede og håp. {HOL 115.5}

Dette illustrerer den framgangsmåten vi skal bruke i vårt arbeid. Vi må tilby menneskene noe bedre enn det de eier nå, nemlig Kristi fred, som overgår all forstand. Vi må fortelle dem om Guds hellige lov, som er et uttrykk for hans karakter og et uttrykk for hvordan han vil at de skal bli. Vi må.vise dem hvor langt mer uovertruffen den evige herligheten i himmelen er, framfor de flyktige gleder og foruøyelser som finnes i verden. Vi må tale til dem om den frihet og hvile vi kan finne i Frelseren. «Den som drikker av det vann jeg vil gi ham, skal aldri i evighet tørste,» sa han. Vers 14. {HOL 116.1}

Vi må løfte opp Jesus og si: «Se der Guds lam, som bærer verdens synd.» Joh l :29. Bare han kan lindre hjertets nød og gi sjelen fred. {HOL 116.2}

De som arbeider for å gjennomføre en forandring hos andre, burde være de vennligste og høfligste av alle mennesker. I deres liv burde en kunne se at det virkelig er godt å handle uegennyttig. En arbeider som ikke er høflig, som er utålmodig fordi andre er uvitende eller gjenstridige, som taler overilt og handler ubetenksomt, kan komme til å stenge hjertedører, slik at han aldri senere får noen mulighet til å nå dem. {HOL 116.3}

Når vi prøver å redde mennesker fra villfareiser, burde vi la ordene falle mildt, likesom duggen og regnet faller på de tørre plantene. Guds plan går ut på at vi først skal

nå hjertet. Vi må fortelle om sannheten på en kjærlig måte og stole på at han legger til sin kraft, slik at det kan skje en forandring i livet. Et ord som blir talt i kjærlighet, vil Den Hellige Ånd bruke for å nå inn i sjelen. {HOL 116.4}

Vi er av naturen selvsentrerte og påståelige. Men om vi lærer den leksen Kristus vil at vi skal lære, får vi del i hans natur, slik at vi kan leve hans liv. Kristi vidunderlige eksempel må få lov til å øve et dypt inntrykk på karakteren til alle som oppriktig følger ham - en ømhet uten like blant mennesker, som han viser når han tar del i andres følelser, gråter med dem som gråter og jubler med dem som jubler. Vi må prøve å gjøre stien lett å gå for andre ved å tale og handle vennlig. {HOL 116.5}

«Herren Herren har gitt meg en disippeltunge, så jeg skal kunne styrke den trette med mine ord.» Jes 50:4. {HOL 117.1}

Overalt iblant oss finnes ulykkelige mennesker. Hvor vi enn snur oss, finner vi dem. La oss gripe fatt i disse lidende menneskene og tale et ord i rette tid til dem for å trøste deres hjerter. La oss være kanaler som medlidenhetens forfriskende vann kan strømme gjennom. {HOL 117.2}

Når vi omgås andre, bør vi huske at det kan være forhold i deres liv som ikke noe menneske har tilgang til. I deres hukommelse kan det være sider med triste historier som blir holdt omhyggelig skjult for nysgjerrige øyne. Der er det skrevet lange og harde kamper under store prøvelser. Kanskje det har vært vanskeligheter i hjemmet, som litt etter litt har svekket mot, tillit og tro. De som kjemper livets kamp mot sterke odds, kan vi styrke .og oppmuntre ved å vise bare en smule oppmerksomhet som koster bare en kjærlig handling. For slike er et sterkt og hjelpsomt håndtrykk fra en virkelig venn mer verdt enn gull og sølv. Gode ord er like velkomne som smil fra engler. {HOL 117.3}

Det finnes mange som kjemper mot fattigdom, tvunget til å arbeide for liten betaling og i stand til å skaffe seg bare det aller nødvendigste for å leve. Slit og savn, uten noe håp om at det skal bli bedre, gjør deres byrde svært tung. Når smerter og sykdom kommer i tillegg, blir byrden nesten umulig å bære. Undertrykte og utslitte som de er vet de ikke hvor de skal gå for å få hjelp. Vi må vise dem at vi føler med dem i deres prøvelser, deres sorger og deres skuffelser. Dette vil åpne muligheten for oss til å hjelpe dem. Vi må snakke med dem om Guds løfter, be med dem og for dem og gi dem håp. {HOL 117.4}

Når man taler ord som gir glede og oppmuntring til noen som er syk eller nesten har mistet motet, regner Frelseren det som om det er til ham vi har talt. Når vi oppmuntrer andre, legger himmelens engler med stor glede merke til det. {HOL 118.1}

Gjennom århundrer har Herren forsøkt å få menneskene til å forstå at de har en guddommelig bror. Bli hans medarbeidere. I en tid når mistro og splid sprer seg over jorden, må Kristi disipler vise den ånd som råder i himmelen. {HOL 118.2}

Tal som han talte, gjør som han gjorde. Åpenbar til enhver tid hans vakre karakter. Åpenbar den rikdom av kjærlighet som ligger til grunn for all hans undervisning og alt det han gjorde for menneskene. Det ringeste menneske som samarbeider med Kristus, kan berøre strenger som vil gi lyd over hele jorden og klinge i all evighet. {HOL 118.3}

Himmelske krefter venter på å få samarbeide med menneskelige redskaper, for at de kan vise for verden hva mennesker kan bli til, og hva vi gjennom samarbeide med Gud kan utrette for å frelse sjeler som ellers ville vært fortapt. Det finnes ingen grense for hvor mye den kan utrette som setter sitt eget jeg til side og slipper Den Hellige Ånd inn i sitt hjerte, for å leve et liv som er fullt og helt viet til Gud. Enhver som vier kropp, sjel og ånd til tjeneste for ham, vil stadig motta ny forsyning av fysisk, mental og åndelig kraft. Himmelens uuttømmelige forråd står til vår rådighet. Kristus gir oss sin egen Ånd, sitt eget liv. Den Hellige Ånd virker med all sin kraft på sinn og hjerte. Ved den nåden som vi har fått del i, kan vi vinne seier, noe som kunne virke umulig om vi tar i betraktning våre egne feilaktige og forutfattede meninger og våre svake karaktertrekk. {HOL 118.4}

Enhver som gir seg selv til Herrens tjeneste uten forbehold, får kraft lil å utrette det ufattelige. Gud vil gjøre store ting for slike. Han vil påvirke menneskers sinn slik at man gjennom deres liv selv i denne verden vil kunne se oppfylt de løftene som gjelder det kommende liv {HOL 118.5}

ørkenen og det tørre land skal glede seg. ødemarken skal juble og blomstre. Som krokus skal den blomstre og juble, ja juble og synge med fryd. Libanons herlighet er gitt den, Karmel og Sarons prakt. De skal se Herrens herlighet, vår Guds prakt. {HOL 119.1}

Styrk de slappe hender og gjør de vaklende knær sterke! Si til de urolige hjerter: Vær frimodige, frykt ikke! Se. der er deres Gud! ... {HOL 119.2}

Da skal de blindes øyne åpnes, og de døves ører lukkes opp. Da skal den lamme springe som en hjort, og den stummes tunge juble. For kilder bryter fram i ørkenen, og bekker i ødemarken. {HOL 119.3}

Det glødende sandhavet skal bli til en sjø, det tørste land til vannrike kilder. ... Det skal være en ryddig vei, og det skal kalles en hellig vei. Ingen uren skal gå på den, men den hører hans folk til. Ingen veifarende, ikke engang dårer, skal fare vill. {HOL 119.4}

«Der skal ingen løve være, intet rovdyr skal knmme opp på den, de skal ikke finnes der. Men de gjenløste skal ferdes der. Herrens forløste skal komme tilbake og komme til Sion med frydesang. Evig glede er det over deres hode. Fryd og glede skal de nå, sorg og sukk skal fly.» Jes 35:1-10. {HOL 119.5}

Kapitel 10 - Hjelp til dem som blir fristet

Det er ikke fordi vi først elsket ham, at Kristus elsker oss, men «Kristus døde for oss. mens vi ennå var syndere». Rom 5:8. Han behandler oss ikke slik vi fortjener det. Selv om våre synder skulle ha ført til at vi ble fordømt, fordømmer han oss ikke. År etter år har han båret over med vår svakhet og uvitenhet, vår utakknemlighet og gjenstridighet. Til tross for at vi har vandret bort fra ham, til tross for vårt harde hjerte, til tross for at vi overser hans hellige ord, så rekker han sin hånd ut mot oss. {HOL 120.1}

Nåde er et av trekkene i Guds karakter som kommer oss uverdige mennesker til gode. Vi søkte ikke etter den, men den søkte etter oss. Gud jubler når han får lov til å gi oss sin nåde, ikke fordi vi er verdige, men fordi vi er så fullstendig uverdige. Den eneste grunnen til at vi kan be om hans nåde, er vårt store behov for den. {HOL 120.2}

Gjennom Jesus Kristus holder Herren Gud sin hånd utstrakt uopphørlig for å innby dem som har falt og syndet. Han tar imot alle og enhver. Han byr alle velkommen. Han finner glede i å tilgi den største av alle syndere. Han vil rive byttet ut av hendene på den onde, han vil befri de fangne, han vil fjerne gloen ut av flammene. Han vil senke ned sin nådes gyldne kjede til dem som sitter fast i de laveste dybder av menneskelig elendighet, og løfte opp dem som har satt seg fast i synden. {HOL 120.3}

Hans kjærlighet omfatter alle mennesker, og han gav sitt liv for at han kunne bringe oss tilbake til Gud. Som hyrden vokter over sin saueflokk, vokter han over skyldbetyndete og hjelpeløse sjeler, som kan være sikre på å bli ødelagt av Satans list og snarer. {HOL 121.1}

Frelserens eksempel skal være mønster for hvordan vi skal behandle dem som blir fristet og farer vill. Den samme interesse, kjærlighet og forståelse som han har vist oss, skal vi vise andre. «Som jeg har elsket dere,» sa han, «skal dere elske hverandre.» Joh 13:34. Når Kristus bor i oss, vil vi vise alle dem vi omgås den samme uegennyttige kjærligheten han har vist oss. Når vi møter mennesker som trenger sympati og hjelp, skal vi ikke spørre: «Er de verdige?» men «Hvordan kan jeg hjelpe dem?» {HOL 121.2}

Rik og fattig, høy og lav, fri og trell - alle er Guds arv. Han som gav sitt liv for å frelse mennesket, ser i enhver noe verdifullt som overgår vår innsnevrede måte å tenke på. Bare ved å studere korsets hemmelighet og herlighet kan vi forstå hvor høyt han setter et menneske. Når vi gjør dette, vil vi skjønne at mennesker, samme hvor langt ned de har falt, har kostet for mye til å bli behandlet med kulde og forakt. Da vil vi forstå hvor viktig det er å arbeide for våre medmennesker, slik at de kan bli dratt opp til Guds trone. I en av sine lignelser talte Frelseren om en penge som var mistet. Selv om den lå gjemt i støvet, var den fremdeles et sølvstykke. Hun som eide den, lette etter den fordi den var verd mye. På samme måte er det med hver eneste sjel. Uansett hvor mye den er ødelagt av

synd, så er den verdifull i Guds øyne. På samme måte som pengestykket bar herskerens bilde og inskripsjon, bærer også menneskene fra skapelsen av Guds bilde og inskripsjon. Selv om synd har gjort den ripete og utydelig, står sporene av denne inskripsjonen fremdeles på hvert eneste menneske. Gud ønsker å redde mennesket og på ny prege oss med sitt bilde av rettferdighet og hellighet. {HOL 121.3}

Vi er altfor lite lik Kristus når det gjelder det som burde være det sterkeste som binder oss til ham - nemlig medfølelse med ødelagte, skyldige og lidende mennesker, som er døde i overtredelse og synd! Vår største synd er at vi ikke viser medmenneskelighet overfor hverandre. Mange tror om seg selv at de representerer Guds rettferdighet, men unnlater fullstendig å vise den medfølelse og kjærlighet som han viste. De som de er harde og strenge mot, er ofte presset av fristelser. Satan kjemper med disse menneskene, og harde og uvennlige ord vil kunne ta motet fra dem og gjøre slik at de faller som bytte for fristerens makt. {HOL 122.1}

Vi trenger å være fintfølende når vi skal arbeide med menneskesinn. Det er bare han som kan lese hjerter, som vet hvordan en kan lede mennesker til omvendelse. Bare hans visdom kan lære oss hvordan vi skal kunne nå de fortapte. Du kan stå der stram og standhaftig og føle: «Jeg er helligere enn deg.» Men en slik holdning vil aldri røre andres hjerter, samme hvor riktig du tenker eller hvor sanne dine ord måtte være. Kristi kjærlighet, uttrykt gjennom ord og handling; vil vinne veien til menneskers hjerter på en måte som bud og argumenter aldri vil kunne gjøre. {HOL 122.2}

Vi trenger å lære mer av hvordan vi skal vise sympati slik Kristus gjorde det. Dette er ikke bare sympati med slike som vi synes lever uten klander, men sympati med stakkars, lidende, kjempende mennesker, slike som ofte begår feil, som synder og angrer, som lar seg friste og blir mismodige. Det er vår oppgave å gå ut blant våre medmennesker og vise den samme medlidenhet med deres skrøpeligheter som vår store yppersteprest gjorde. {HOL 122.3}

Det var de utstøtte, tollerne og synderne, de som var foraktet av folk, som Kristus i sin godhet og kjærlighet kalte og bad om å komme til seg. Det var kun en gruppe han ikke ville vite om, nemlig de som holdt seg for seg selv og så ned på andre, fordi de mente om seg selv at de var bedre enn dem. {HOL 122.4}

«Gå ut på veiene og ved gjerdene og nød folk til å komme inn,» byr Kristus oss, «så mitt hus kan bli fullt.» Luk 14:23. For å være lydige mot denne befalingen må vi gå både til hedningene som bor nær oss, og til dem som bor langt borte. Tollerne og skjøgene må få høre Frelserens innbydelse. Når hans budbærere er vennlige og tålmodige, vil denne invitasjonen virke så mektig at den løfter opp dem som har falt dypest i synd. {HOL 122.5}

Om vi er fylt av virkelig kristne motiver, vil vi arbeide med faste mål for øye, iherdig og uten å miste interessen for dem som Satan forsøker å ødelegge. Vi må ikke tillate at noe demper vår alvorlige iver for at de fortapte skal få del i frelsen. {HOL 123.1}

Legg merke til hvordan Guds ord er fullt av eksempler på at hans And nøder og trygler menneskene om å komme til Kristus. Vi må gripe enhver anledning, privat og offentlig, og legge fram ethvert bevis og bruke all vår overtalelsesevne til å dra mennesker til Frelseren. Vi må gjøre alt som står i vår makt til å nøde dem til å se på Jesus og velge å følge hans selvfornektende og oppofrende eksempel. Ved å bruke alle hans gaver til hans navns ære vil vi vise andre at vi forventer at også de skal glede hans hjerte. {HOL 123.2}

Frelst i håpet

«I håpet er vi frelst.» Rom 8:24. Vi må hjelpe de falne til å forstå at det ennå ikke er for sent for dem å vinne sitt-menneskeverd tilbake. Kristus viste mennesket ære ved å vise det sin tillit, og på det viset overlot han til mennesket selv å ta vare på sitt verd. Selv dem som hadde falt aller lavest, behandlet han med respekt. For Kristus var det alltid smertefullt å møte forakt, fordervelse og urenhet, men selv om han hadde renere sanser enn noen andre, ytret han aldri et ord om at han følte ubehag eller var ille berørt. Uansett hvilke onde vaner, sterke fordommer eller heftige lidenskaper mennesker viste, møtte han alle med sterk medynk. Når vi får del i hans And, vil vi behandle alle mennesker som søsken, som har de samme fristelser og prøvelser, som ofte faller og kjemper for å reise seg igjen, som blir mismodige og møter vanskeligheter, og som trygler om sympati og hjelp. Vi må møte dem slik at vi på ingen måte tar motet fra dem eller støter dem fra oss, men tvert imot vekker håp i hjertene deres. Når de blir oppmuntret på en slik måte, kan de i tillit si: «Gled dere ikke over meg, mine fiender! Når jeg er falt, står jeg opp igjen. Om jeg sitter i mørket, er Herrens lys for meg. ... Han fører. min sak og hjelper meg til min rett. Han fører meg ut i lyset. Jeg skal se med fryd på hans rettferdighet.» Mika 7:8,9. Gud ser «ned til alle dem som bor på jorden. Han er den som har skapt deres hjerter - alle sammen.» Sal 33:14,15. {HOL 123.3}

Når vi skal arbeide for dem som lever i fristelser og synd,byr han oss: «Ta deg i vare, så ikke du også blir fristet.» Gal 6: 1. Når vi skal vise forståelse for andres svakhet, må vi samtidig være klar over hvor skrøpelige vi selv er. {HOL 124.1}

«Hvem gir vel deg forrang? Hva har vel du som du ikke har fått?» «En er deres mester, men dere er alle brødre.» «Men du, hvorfor dømmer du din bror? ... Fell heller den dom at ingen må legge noen anstøtsstien eller felle for sin bror.» 1 Kor 4:7; Mat 23:8; Rom 14:10,13. {HOL 124.2}

Det vil alltid oppleves ydmykende å få sine feil dratt fram i lyset. Ingen burde gjøre dette verre for noen ved å irettesette noen unødvendig. Ingen er noen sinne blitt vunnet ved hjelp av bebreidelser, men tvert imot er det mange som av den grunn er blitt skjøvet bort og ledet til å forherde sine hjerter mot deres egen overbevisning. En vennlig, mild og vinnende holdning kan frelse en som har faret vill og skjule en mangfoldighet av synder. {HOL 124.3}

Apostelen Paulus fant det nødvendig å irettesette det onde, men legg merke til hvor forsiktig han var for å vise de feilende at han var deres venn! Se hvor omhyggelig han forklarte dem hvorfor han måtte handle som han gjorde! Han lot dem forstå at det smertet ham å såre dem. Han viste tillit og sympati overfor dem som kjempet for å vinne seier. {HOL 124.4}

«Det var med stor nød og hjerteangst jeg skrev til dere under mange tårer,» sa han. «Det var ikke for å gjøre dere bedrøvet, men for at dere skulle få kjenne hvor stor kjærlighet jeg har til dere.» 2 Kor 2:4. «For selv om jeg gjorde dere sorg med brevet mitt, så angrer jeg det ikke. ... Jeg gleder meg nå, ikke over at dere fikk sorg, men fordi dere ble bedrøvet til omvendelse. ... Se hva det førte til at dere ble bedrøvet etter Guds sinn: iver, -ja forsvar, ja harme, ja frykt, ja lengsel, ja nidkjærhet, ja straff! På alle måter har dere vist at dere er rene i denne saken. ... Ved dette er vi blitt trøstet.» 2 Kor 7:8-13. {HOL 125.1}

«Jeg gleder meg over at jeg kan stole på dere i alle ting.» «Jeg takker min Gud så ofte som jeg tenker på dere. Alltid når jeg ber, gjør jeg min ,bønn for dere alle med glede, for fra første dag og like til nå har dere hatt samfunn med meg i arbeidet for evangeliet. Og jeg er fullt viss på dette at han som begynte den gode gjerning i dere, vil fullføre den inntil Jesu Kristi dag. Det er jo bare rett at jeg tenker slik om dere alle, for jeg bærer dere i mitt hjerte.» «Derfor mine brødre, som jeg elsker og lengter etter - min glede og min krans: Stå fast i Herren, mine kjære» «For nå lever vi, om dere bare står fast i Herren.» 2 Kor 7:16; Fil 1:3-7; 4:1; l Tess 3:8. {HOL 125.2}

Da Paulus skrev til sine brødre, kalte han dem «helliget i Kristus Jesus», men han skrev ikke til slike som hadde en fullkommen karakter. Han skrev til dem som menn og kvinner som kjempet mot fristelser, og som stod i fare for å falle. Han viste dem veien til «fredens Gud, han som... førte fårenes store hyrde, vår Herre Jesus, opp fra de døde.» Han forsikret dem om at han «i kraft av den evige pakts blod... må gjøre dere dyktige til alt godt, så dere kan gjøre hans vilje, ved at han virker i oss ved Jesus Kristus det som er godt i hans øyne.» Heb 13:20,21. {HOL 125.3}

Når en som har gjort noe galt, blir klar over sin tilstand, må vi være forsiktige så vi ikke ødelegger hans selvrespekt. Vi må ikke ta fra ham motet ved å vise ham mistillit eller en kald skulder. Si ikke til deg selv: «Før jeg stoler på ham, vil jeg se om han blir

stående fast.» Ofte kan en slik mistillit i seg selv være årsaken til at den som blir fristet, snubler. {HOL 125.4}

Vi burde anstrenge oss for å forstå andres svakhet. Vi vet lite om hvilken hjertekval de opplever som har vært bundet av mørkets lenker, og som mangler besluttsomhet og moralsk kraft. En som nages av dårlig samvittighet, er i den mest ynkverdige situasjon. Han er som bedøvet og svimmel der han synker ned i støvet. Han ser ingenting klart lenger. Tankene hans er omtåket, og han vet ikke hva han skal gjøre. Mange stakkars mennesker som ikke blir forstått og satt pris på, er fortapte, villfarne får, som er knuget av sorg og angst. De klarer ikke å finne Gud, til tross for at han har en sterk lengsel etter å tilgi dem og gi dem fred. {HOL 126.1}

Si for all del ikke noe som kan gjøre smerten større! Når vi møter en som er utslitt av et liv i synd, uten å vite hvor hjelpen finnes, må vi vise ham veien til den medlidende Frelseren. Led ham ved hånden, løft ham opp, gi ham mot og håp. Hjelp ham å gripe fatt i Frelserens hånd. Vi har altfor lett for å gi opp når vi møter mennesker som ikke straks tar imot det vi prøver å gi dem. Så lenge det finnes et glimt av håp, må vi aldri slutte å arbeide for et menneske. Vår Frelser ofret seg selv for å frelse verdifulle sjeler, og det er en altfor høy pris. til at vi skulle tillate oss uten videre å overlate dem til fristelsens makt. {HOL 126.2}

Vi burde prøve å sette oss selv i deres sted. Tenk på den makt som ligger i arv, den innflytelse som dårlig miljø og venner har, den makt som ligger i dårlige vaner. Er det til å undres over at mange faller under slike forhold? Er det til å undres over at de ikke umiddelbart griper fatt i våre forsøk på å løfte dem opp? {HOL 126.3}

Når de først er vunnet for evangeliet, vil ofte de som kunne virke rå og umulige, bli de mest trofaste tilhengere og forsvarere av sannheten. De er ikke fullstendig ødelagt. Bak det harde panseret finnes gode følelser det går an å nå. Dersom det ikke var noen som rakte dem en hjelpende hånd, var det mange som aldri ville komme på rett vei, men tålmodig og utrettelig arbeid vil kunne løfte dem opp. Slike trenger vennlige ord, oppmerksomhet og håndgripelig hjelp. De trenger slike råd som ikke slukker den svake gloen av håp de har i sin sjel. De som kommer i kontakt med slike, må tenke nøye over dette. {HOL 126.4}

Det finnes mange som har svekket sitt sinn i den grad at de i dette livet aldri vil bli det de under mer fordelaktige omstendigheter kunne ha blitt. Men strålene fra Rettferdighetens Sol kan skinne inn i deres sjel også. De kan selv velge om de vil oppnå det livet som er like evig som Guds liv. Det er vår oppgave å plante inn i deres sinn tanker som kan høyne og oppløfte dem. Gjennom ditt liv kan du vise dem forskjellen mellom ondt og godt, mørke og lys. La dem gjennom ditt eksempel lese hva det vil si å være kristen. Kristus er i stand til å løfte opp de største syndere og plassere dem der hvor

de vil bli anerkjent som Guds barn, som Kristi medarvinger til det evige liv. {HOL 127.1}

Gjennom de mirakler som Guds nåde kan utføre, kan mange bli skikket til å leve et meningsfullt liv. De har vært foraktet og utstøtt, og derfor har de fullstendig mistet motet. De kan virke kalde og sløve, men ved hjelp av Den Hellige Ånd kan den dårskap som kan gi oss inntrykk av at det er umulig å løfte dem opp, forsvinne. Det omtåkete og sløve sinnet vil våkne. Syndens slave vil bli satt fri. Laster vil fordufte, og uvitenheten vil ikke lenger råde. Ved den tro som er virksom i kjærlighet, vil hjertet renses og sinnet bli opplyst. {HOL 127.2}

Kapitel 11 - Avholdsarbeid

All ekte forandring hører hjemme i det evangeliske arbeidet og er med på å løfte mennesket til et nytt og verdigere liv. Kristne bør på en særlig måte støtte avholdsarbeidet. Vi bør vise interesse for denne saken og.virkelig brenne for den. Overalt burde vi fortelle folk om de prinsippene som ligger til grunn for en sann holdning til avholdsspørsmål, og forsøke å få dem til å skrive under på avholdsløftet. Vi bør gjøre alt vi kan for å hjelpe dem som er fanget av slike skadelige vaner. {HOL 128.1}

Overalt er det noe som kan gjøres for å hjelpe dem som har blitt offer for rusmidler. Til og med i menighetene, i religiøse institusjoner og i familier som bekjenner seg til å være kristne, finnes det mange unge som velger en vei som fører til deres egen undergang. Som en følge av skadelige vaner blir de rammet av sykdommer, og fordi de trenger penger for å kunne tilfredsstille disse syndige lystene, begynner de å leve et uærlig liv. Både helse og karakter blir lagt i ruiner. Disse stakkarene føler seg fremmed for Gud og utstøtt fra samfunnet, uten håp både for dette og det kommende livet. Foreldrenes hjerter er knuste. Mennesker omtaler disse falne som håpløse tilfeller, men Gud har en annen oppfatning. Han forstår alt som ligger til grunn for at de er blitt som de er, og han føler med dem. Denne gruppen mennesker trenger hjelp. La dem aldri få noen grunn til å si: «Det er ingen som bryr seg om hvordan det går med meg.» {HOL 128.2}

Blant rusdrikkens ofre finnes mennesker av alle klasser og yrker. Menn med høy status, ypperlige evner og store kunnskaper har gitt etter for sine lyster helt til de har stått hjelpeløse overfor fristelsen. Noen som før var velstående, er nå uten venner,. fulle av lidelser, sykdom og elendighet. De har mistet styringen over seg selv. Dersom ingen rekker dem en hjelpende hånd, kommer de til å synke dypere og dypere ned. For dem er trangen til å gi etter for det de har lyst på, ikke bare en moralsk synd, men også en fysisk sykdom. {HOL 129.1}

Når vi skal hjelpe disse, må vi, som Kristus så ofte gjorde, først ta oss av deres fysiske behov. De trenger sunn mat og drikke, uten noen stimulerende midler i. De trenger rene klær og mulighet til å vaske seg. De trenger å leve i en atmosfære av hjelpsomhet og løftet opp av kristne holdninger. I hver eneste by burde det være et sted hvor slike som er slaver under dårlige vaner, kunne få hjelp til å bryte de lenkene som holder dem bundet. Det er mange som mener at en sterk drikk er den eneste trøst når de har det vanskelig. Men slik behøver det ikke være dersom kristne ville følge eksemplet til den barmhjertige samaritan men istedenfor å gjøre som presten og levitten. {HOL 129.2}

Når vi skal prøve å hjelpe slike som er bytte for drukkenskap, må vi huske at vi ikke har å gjøre med mennesker som handler etter sin fornuft, men at de for tiden er under innflytelse av en ond ånd. Vær tålmodig og overbærende. Bry deg ikke så mye om den

avvisende og frastøtende holdningen du møter, men tenk på at også her er det et verdifullt liv som Kristus døde for for å frelse. Når drankeren våkner opp og innser sin elendige tilstand, må du gjøre alt det du kan for å vise at du er hans venn. Ikke irettesett. La ikke handling eller blikk vise at du avskyr eller forakter ham. Du trenger ikke være i tvil om at den stakkars mannen forbanner seg selv. Hjelp ham opp. Tal til ham slik at det kan tennes en gnist av tro i ham. Prøv å styrke ethvert godt trekk i karakteren hans. Lær ham å strekke seg oppover. Vis ham at det er mulig å leve slik at andre mennesker kan vinne respekt for ham. Hjelp ham til å forstå hvor verdifulle de er de talentene Gud har gitt ham, men som han har forsømt å benytte. {HOL 129.3}

Selv om viljen er blitt skadet og svekket, er det håp for ham i Kristus. Han vil påvirke ham og vekke høyere impulser og hellige ønsker. Prøv å oppmuntre ham til å gripe fatt i det håp som evangeliet tilbyr. Ta fram Bibelen og les Guds løfter om og om igjen for ethvert menneske som er fristet og kjemper. Disse løftene vil bli som bladene på livets tre. Fortsett tålmodig med å gjøre dette inntil den skjelvende hånden i takknemlig glede griper fatt i håpet om frelsen i Kristus. {HOL 130.1}

Du må holde fast på dem du forsøker å hjelpe, ellers kommer de aldri til å vinne seier. De blir hele tiden fristet til å gjøre det de ikke burde. igjen og igjen blir trangen til alkohol nesten for sterk for dem. Gang på gang faller de, men du må allikevel ikke oppgi å arbeide for dem. {HOL 130.2}

Når de har bestemt seg for å gjøre det de kan for å leve for Kristus, er viljekraften deres så svekket at de må omhyggelig passes på av oss som arbeider for sjelers frelse, og som vi en gang må avlegge regnskap for. De har mistet sitt menneskeverd, og dette må de vinne tilbake. Mange er nødt til å kjempe mot en medfødt tilbøyelighet til det onde. Fra fødselen av har de arvet en unaturlig trang og sanselige tilbøyeligheter. Slikt må de bli omhyggelig beskyttet mot. Både inni dem og utenfor dem kjemper det gode og det onde om makten. De som aldri har opplevd noe lignende, kan ikke forestille seg hvilken overveldende makt appetitten har, eller om den heftige kampen som står mellom dårlige vaner og bestemmelsen om å være avholdende i alt. Denne kampen må de kjempe om og om igjen. {HOL 130.3}

Mange som føler seg dratt til Kristus, eier ikke moralsk mot til å fortsette kampen mot appetitt og lidenskap. Men du som arbeider for slike, må ikke miste motet for det. Er det bare slike som er reddet fra den dypeste elendighet, som kan falle igjen? {HOL 130.4}

Husk at du er ikke alene om arbeidet. Engler har i oppdrag å samarbeide med ethvert oppriktig Guds barn. Kristus er den som gjenoppretter det som er galt. Den Store Lege selv står ved siden av sine trofaste arbeidere og sier til den angrende synder: «Sønn, dine synder er deg forlatt!» Mark 2:5. {HOL 130.5}

Det finnes mange utstøtte som vil gripe fatt i det håpet som evangehet tilbyr for dem, og som vil komme inn i himlenes rike, mens andre som var velsignet med større.muligheter og større lys, men som de ikke benyttet seg av som de burde, kommer til a bli staende utenfor i mørket. {HOL 131.1}

De som ligger under for dårlige vaner, må vekkes opp til å innse at det er nødvendig at de selv gjør noe med det. Andre gjør kanskje det ytterste for å løfte dem opp. De får tilbud om Guds nåde uten vederlag. Kristus trygler dem, og engler leder dem. Men alt dette er forgjeves om de ikke selv våkner opp og tar del i kampen. {HOL 131.2}

Det siste David sa til Salomo, som ennå var en ung mann og snart skulle krones til konge over Israel, var dette: «Nå må du være sterk! Vær en mann!» l Kong 2:2. Til alle mennesker som har muligheten til å få udødelighetens krone, blir de samme inspirerte ordene gitt: «Nå må du være sterk! Vær en mann» {HOL 131.3}

De som ligger under for dårliger vaner, må lære å forstå at de må gjennomga en stor moralsk fornyelse om de skal få sin verdighet som menneske tilbake. Gud kaller på dem for at de skal vakne opp og i Kristi kraft vinne tilbake det menneskeverd som de har mistet ved å gi etter for syndig nytelse. {HOL 131.4}

Mange som merker fristelsens fryktelige makt og lysten til å gi etter for syndig nytelse, roper i fortvilelse: «Jeg kan ikke motsta det onde!» Fortell slike at de kan og må stå imot. Det kan være at de gang på gang har lidd nederlag, men det behøver ikke fortsette slik. Moralsk sett er de svake, og det er de syndige vanene som får herske. Løfter og beslutninger er som rep av sand, og tanken på alle brutte løfter og beslutninger svekker troen på ens egen oppriktighet og kan få et menneske til å føle at Gud Ikke kan godta eller samarbeide i de anstrengelsene som blir gjort. Men ingen trenger fortvile. {HOL 131.5}

De som setter sin lit til Kristus, behøver ikke være slaver under nedarvede eller selvforskyldte vaner og tilbøyeligheter. Istedenfor å være fanget av sin egen lavere natur skal de selv herske over enhver lyst og lidenskap. Gud har ikke overlatt oss til å bekjempe det onde i vår egen begrensede kraft. Uansett hvilke nedarvede og selvforskyldte tilbøyeligheter til det onde det måtte være, så kan vi seire over dem ved hjelp av den kraften han er villig til å gi oss. {HOL 132.1}

Viljens kraft

Når vi blir fristet, trenger vi å forstå viljens sanne kraft. Det er den som er den herskende makt i menneskenaturen - den makt som ligger i å kunne velge og ta bestemmelser selv. Alt er avhengig av hvordan vi bruker viljen. ønsket om å være gode og rene er bra så langt det rekker, men dersom vi stopper der, er det til ingen nytte.

Mange ødelegger sitt eget liv mens de håper og ønsker å overvinne sine onde tilbøyeligheter. De overgir ikke viljen til Gud. De velger ikke å tjene ham. {HOL 132.2}

Gud har gitt oss evnen til å velge, og det er opp til oss å bruke den. Vi kan ikke forandre hjertene våre. Vi kan heller ikke kontrolrere tankene, impulsene eller følelsene våre. Vi kan ikke selv gjøre oss rene og skikket til tjeneste for Gud. Men vi kan velge å tjene Gud, og vi kan overgi vår vilje til ham. Da vil han virke i oss «både å ville og å virke til hans gode behag. Fil 2: 13. På denne måten kommer hele vår natur under Kristi kontroll. {HOL 132.3}

Når vi bruker viljen riktig, vil det skje en fullstendig forandring.i vårt liv. Når vi overgir viljen til Kristus, allierer vi oss med den guddommelige makt. Vi mottar styrke ovenfra for å stå fast. Et rent og edelt liv, et liv der vi seirer over tilbøyeligheter og lyster, er mulig for hver den som vil forene sin svake, vaklende menneskelige vilje med Guds urokkelige vilje. {HOL 132.4}

De som kjemper mot appetittens makt, bør selv lære seg prinsippene for en sunn livsstil. De må lære å forstå at sykdom og unaturlige lyster blir fremkalt om man overtrer helselovene, og at dette legger grunnlag for alkoholisme. Bare ved å følge helseprinsippene kan man ha håp om å bli befridd fra trangen til unaturlige stimulerende midler. Samtidig som de stoler på at guddommelig makt kan bryte lystens lenker, må de samarbeide med Gud ved å følge både hans moralske og fysiske lover. {HOL 132.5}

De som prøver å leve et bedre liv, bør settes i arbeid med noe. Så sant de er i stand til å arbeide, må de ikke bli opplært til å forvente at de uten å yte noe selv skal få mat, klær og losji. Både for deres egen og for andres skyld bør vi på en eller annen måte gjøre det mulig for dem å yte tilsvarende det de selv får igjen. De må bli oppmuntret til å gjøre det de kan for å klare seg selv. Dette vil styrke deres selvrespekt og utvikle en riktig form for uavhengighet. Å være opptatt i nyttig arbeid med sinn og kropp er en svært effektiv metode for å beskytte seg mot fristelser. {HOL 133.1}

Motgang og skuffelser

De som arbeider for å hjelpe slike som har falt, kommer ofte til å bli skuffet over dem som lover at fra nå av skal det skje eu forandring. Mange gjør bare en overfladisk forandring i sitt liv og sine vaner. De handler impulsivt, og det kan en stund virke som om de har forbedret seg, men det har ikke skjedd noen virkelig holdningsendring. De følger den samme egenkjærligheten, har den samme hungeren etter tomme fornøyelser og det samme ønsket om å tilfredsstille sine lyster. De forstår ikke hva det vil si å bygge opp en karakter, og en kan ikke stole på dem som prinsippfaste mennesker. De har ødelagt sine mentale og åndelige evner ved å gi etter for lyster og lidenskaper, og dette har gjort dem svake. De er upålitelige og ustadige, og de handler impulsivt på sanselige lyster.

Slike mennesker representerer ofte en fare for andre. Fordi man anser dem som menn og kvinner som har gjennomgått en forvandling til det bedre, blir de betrodd ansvar og satt i posisjoner hvor deres innflytelse virker nedbrytende på uskyldige. {HOL 133.2}

Selv de som anstrenger seg for å leve et bedre liv, står i fare for å falle. De som skal arbeide for slike, trenger mye visdom og empati. Vi har let! for å rose og smigre slike som er reddet fra den dypeste elendighet, men det kan noen ganger føre til deres fall. Den skikken noen har til å invitere menn og kvinner til offentlig å fortelle om opplevelser fra den gang de levde i synd, er av stor fare for både taleren og tilhørerne. Det virker ødeleggende på sinn og sjel å dvele ved onde handlinger. Den oppmerksomheten som på denne måten blir vist dem som er blitt reddet, er skadelig for dem selv. Mange av dem får følelsen av at deres syndige liv har gitt dem visse fordeler. Ved å gjøre dette blir de oppmuntret i sin lyst til å bli berømt, og de får stimulert en selvtillit som kan bli skjebnesvanger for dem. Det er bare ved å se bort fra seg selv og stole på Kristi nåde at de kan stå fast. {HOL 133.3}

Alle som viser at de virkelig er omvendt, bør bli oppmuntret til å arbeide for andre. Vi må ikke avvise en sjel som forlater Satans tjeneste for å tjene Kristus. Når et menneske viser at det lar Guds Ånd slippe til med sin gjerning, bør vi gjøre hva vi kan for å oppmuntre det til å gå inn i Herrens tjeneste. «Noen skal dere tale til rette fordi de tviler.» Jud 22. De som er vise fordi de har fått visdom fra Gud, vil legge merke til mennesker som trenger hjelp, som nok virkelig er omvendt, men neppe tør gripe fatt i håpet uten at de blir oppmuntret. Herren vil påvirke sine tjenere til å ønske disse skjelvende og angrende menneskene et hjertelig velkommen. Kristus tar imot dem når de i botferdighet kommer til ham, og samme hvilke synder de måtte ha ligget under for, er det vår oppgave å gi dem noe å gjøre for ham. Dersom de ønsker å hjelpe andre ut av den fordervelsens avgrunn som de selv er reddet opp av, så gi dem anledning til det. La dem være sammen med erfarne kristne, så de kan bli åndelig styrket. Fyll hjertene og hendene deres med arbeid for Mesteren. {HOL 134.1}

Når lyset trenger inn i sjelen, vil det vise seg at noen som før var mest henfallen til synd, blir de dyktigste til å arbeide for nettopp slike syndere som de selv en gang var. Ved tro på Kristus kommer noen til å utføre et mektig arbeid og bli pålagt et stort ansvar for å frelse sjeler. De ser hvor de selv er svake, og skjønner hvor fordervet deres egen natur er. De kjenner den makt som ligger i synd og onde vaner. De erkjenner at de ikke kan seire uten Kristi hjelp, og de holder aldri opp med å rope: «Jeg overlater min hjelpeløse sjel i din varetekt.» {HOL 134.2}

Slike mennesker kan hjelpe andre. Den som er blitt fristet og prøvd og har fått sitt håp nesten slukket, men som er blitt frelst ved å høre kjærlighetens budskap, har kunnskap nok til å vinne sjeler. Den som lar sitt hjerte fylles av kjærlighet til Kristns, og som selv

er blitt hentet av Frelseren og ført tilbake til folden, vet hvordan han skal søke etter de fortapte. Han kan vise syndere hvor Guds lam er. Han har gitt seg selv til Gud uten forbehold og blitt omfavnet av kjærlighetens herre. Gud grep den hånden som den svake synderen rakte ut. Gjennom det arbeidet slike mennesker gjør, kan mange fortapte sønner bli brakt tilbake til Faderen. {HOL 135.1}

Enhver som kjemper for å reise seg opp fra et liv i synd til et liv i renhet, finner kilden til all kraft i det eneste «navn under himmelen, gitt blant mennesker, som vi kan bli frelst ved». Apg 4: 12. «Den som tørster» etter hvile og håp, etter å bli befridd fra syndige tilbøyeligheter, sier Kristus, «han komme til meg og drikke.» Joh 7:37. Det eneste som hjelper for å bli kvitt laster, er Kristi nåde og kraft. {HOL 135.2}

Det hjelper ikke noe å ta gode beslutninger i egen kraft. All verdens løfter er ikke sterke nok til å bryte onde vaners makt. Mennesker blir aldri i stand til å være avholdende i alt dersom ikke hjertene deres er blitt gjenskapt ved guddommelig nåde. I egen kraft kan vi ikke et eneste øyeblikk holde oss borte fra synd. Vi er hele tiden avhengig av Gud. {HOL 135.3}

Ekte forandring begynner ved at sjelen blir renset. Det arbeidet vi gjør for falne mennesker, vil gi resultater bare i den grad Kristi nåde gjenskaper karakteren og sjelen kommer i en levende forbindelse med Gud. {HOL 135.4}

Kristus levde fullkomment lydig mot Guds lov, og slik var han et eksempel for alle mennesker. Det livet han levde i denne verden må også vi leve ved hjelp av hans kraft og under hans ledelse. {HOL 135.5}

l vårt arbeid for falne må vi understreke i sinn og hjerter hvor viktig det er å følge Guds lov og være lydig mot ham. Unnlat aldri å vise at det er en betydelig forskjell mellom den som tjener Gud og den som ikke tjener ham. Gud er kjærlighet, men han kan ikke unnskylde den som med vilje ringeakter hans befalinger. De lovene som gjelder i hans rike, er slik at mennesker ikke kan unngå å måtte ta konsekvensene av å bryte dem. Han kan ikke ære andre enn dem som gir ham ære. Det livet vi lever i denne verden, er med på å bestemme vår evige skjebne. Som vi sår må vi høste. Årsak og virkning er uløselig knyttet sammen. {HOL 135.6}

Ikke noe mindre enn fullkommen lydighet kan tilfredsstille Guds krav. Han har ikke uttrykt seg tvetydig. Han har ikke påbudt noe som ikke er nødvendig for å bringe mennesket i full harmoni med ham. Det er vår oppgave å vise syndere hans standard for karakteren og lede dem til Kristus, for bare ved hans nåde kan vi nå denne standarden. {HOL 136.1}

Frelseren tok på seg alle menneskelighetens skrøpeligheter og levde et syndfritt liv, for at vi ikke skulle behøve å være redde for ikke å kunne seire på grunn av svakhetene i

vår natur. Kristus kom for at vi «skulle få del i guddommelig natur», og hans liv viser at når det menneskelige forenes med det guddommelige, overvinnes synden. {HOL 136.2}

Frelseren vant seier for å vise hvordan mennesket kan vinne seier. Han møtte alle Satans fristelser med Guds ord. Han fikk kraft til å følge Guds bud fordi han stolte på hans løfter, og fristeren fikk ikke tak over ham. Han besvarte hver fristelse med: «Det står skrevet.» På samme måte har Gud gitt oss sitt ord for at vi skal stå det onde imot. Vi er blitt gitt de «største og mest dyrebare løfter, for at dere ved dem skulle få del i guddommelig natur, etter at dere har flyktet bort fra fordervelsen i verden som kommer av lysten». 2 Pet 1:4. {HOL 136.3}

Be den som blir fristet om ikke å se på omstendighetene, på sin egen svakhet eller på fristelsens makt, men på kraften i Guds ord. All den kraften tilhører oss. «i mitt hjerte,» sier salmisten, «har jeg gjemt ditt ord for at jeg ikke skal synde mot deg.» «Etter ordet fra din munn har jeg tatt meg i vare for menneskenes gjerninger, for voldsmannens stier.» Sal 119: 11; 17:4. {HOL 137.1}

Tal oppmuntrende til mennesker. Løft dem opp til Gud i bønn. Mange av dem som har gitt etter for fristelser, mister motet på grunn av sine feil, og de har følelsen av at det ikke er noen hjelp for dem å komme til Gud. Men det er fienden som gir dem slike tanker. Når de har syndet og føler at de ikke kan be, så si til dem at det nettopp da er tid for bønn. Kanskje er de skamfulle og føler seg dypt ydmyket, men, når de bekjenner sine synder, er Kristus «trofast og rettferdig, så han forlater oss syndene og renser oss fra all urettferdighet. l Joh 1:9. {HOL 137.2}

Ingen er tilsynelatende mer hjelpeløs og allikevel i virkeligheten mer uovervinnelig enn det menneske som føler at det i seg selv er uverdig, men stoler fullt og helt på Frelserens fortjeneste. Ved bønn, ved studium av Guds ord og ved å tro at han hele tiden er til stede, kan det svakeste menneske leve i samfunn med den levende Kristus, som vil holde det oppe med en hånd som aldri slipper taket. {HOL 137.3}

Disse dyrebare ordene kan ethvert menneske som blir i Kristus, gjøre til sine egne. Vi kan si: «Jeg vil skue ut etter Herren, vente på min frelses Gud, Min Gud vil høre meg. Gled dere ikke over meg. mine fiender! Når jeg er falt, står jeg opp igjen. Om jeg sitter i mørket, er Herren lys for meg,» Mika 7:7,8. «Han skal igjen forbarme seg over oss, han skal trå våre misgjerninger under føtter. Du skal kaste alle våre synder i havets dyp.» Mika 7:19. {HOL 137.4}

Gud har lovt: «Jeg vil gjøre folk sjeldnere enn fint gull og mennesker sjeldnere enn gull fra Ofir.» Jes 13:12. «Når dere hviler mellom kveene, er det som en dues vinger, som er dekket med sølv, og dens vingefjær har gullets grønnlige glans.» SaI 68:14. {HOL 137.5}

Dem som Kristus har tilgitt mest, vil elske ham mest. De vil på den siste store dag stå nærmest hans trone. «De skal se hans ansikt, og hans navn skal være pa deres panner.» Åp 22:4. {HOL 138.1}

Kapitel 12 - Hjelp til hjemløse og arbeidsledige

Det finnes varmhjertede menn og kvinner som brenner etter å gjøre noe for å lindre den nød de fattige lever under. Et spørsmål som mange prøver å finne et godt svar på, er hvordan vi kan hjelpe de hjemløse og arbeidsløse for at de skal være sikret de alminneligste velsignelser og leve det livet som Gud ønsker for menneskene. Men det er ikke mange. selv blant akademikere og politikere, som forstår årsakene til de tilstandene som rår i samfunnet i dag. De som er satt til å styre landet. er ikke i stand til å løse problemer som nød. fattigdom og økende kriminalitet. De strever forgjeves for å gi sine vedtak et mer solid grunnlag. {HOL 139.1}

Dersom menneskene ville lytte mer til den undervisning som finnes i Guds ord, ville vi oppdage en løsning på disse vanskelige problemene. I Det gamle testamente kan vi lære mye som har med arbeiderspørsmål og hjelp for de fattige å gjøre. {HOL 139.2}

Guds plan for Israel

I Guds plan for Israel hadde hver familie et hjem på landet, hvor det var nok jord til å drive jordbruk. Slik fikk de både mulighet og motivasjon til å underholde seg selv og leve et nyttig og arbeidsomt liv. Og ingen teori fra mennesker har noen sinne klart å skape en bedre plan. Den fattigdom og elendighet som finnes i dag, har i stor grad sin årsak i at menneskene har veket av fra denne planen. {HOL 139.3}

Da Israel bosatte seg i Kana'an, ble landet delt opp blant hele folket. Det var bare levittene, som skulle gjøre tjeneste i helligdommen, som ble holdt utenfor denne rettferdige landdelingen. Stammene ble talt etter antall familier, og hver familie fikk en arv i forhold til hvor mange den bestod av. {HOL 140.1}

Og selv om man for en tid kunne bli nødt til å gi fra seg sin eiendom, kunne man ikke for alltid kvitte seg med sine barns arv. Når en israelitt var i stand til det, hadde han når som helst rett til å kjøpe sitt land igjen. Hvert syvende år ble gjeld ettergitt, og hvert femtiende år, jubelåret, ble all landeiendom gitt tilbake til den opprinnelige eieren. {HOL 140.2}

«Jorden må ikke selges for alle tider,» var Herrens rettledning. «For meg hører landet til. Dere er fremmede og gjester. hos meg. I hele det landet dere får til eie, skal dere tillate innløsning av jorden. Når din bror blir fattig og må selge noe av sin jordeiendom, da skal hans løser, hans nærmeste frende,komme og innløse det som hans bror har solgt. Og om en ... selv får råd til det..., skal han få sin jordeiendom igjen. Men dersom han ikke har nok til å betale ham med, da skal det han har solgt, bli i dens eie som kjøpte det, helt til jubelåret. Men i jubelåret skal det gis fritt, så han får sin jordeiendom igjen.» 3M 25:23-28. {HOL 140.3}

«Dere skal holde det femtiende år hellig og utrope frihet i landet for alle som bor der. Det skal være et jubelår for dere. Og dere skal komme tilbake, hver til sin eiendom og hver til sin slekt.» Vers 10. {HOL 140.4}

Slik ble eiendommen til hver eneste familie sikret, og man var beskyttet mot at noen skulle bli altfor rike eller alt for fattige. {HOL 140.5}

Praktisk arbeid

Israelittene så det som en plikt å gi opplæring i praktisk arbeid. Det ble krevd av enhver far at han lærte sine sønner et nyttig håndverk. De fremste mennene i Israel fikk en slik praktisk utdannelse. For kvinnene ble det sett på som nødvendig å ha kunnskap om de pliktene som var pålagt en husmor, og kvinner av høy rang følte det som en ære å være dyktig i sitt husmorarbeid. {HOL 141.1}

På profetskoIene ble det undervist i ulike håndverk, og mange av elevene underholdt seg selv ved praktisk arbeid. {HOL 141.2}

Omsorg for de fattige

Men dette var ikke nok for å holde fattigdom unna. Det var ikke Guds plan at fattigdommen skulle utryddes fullstendig, for han bruker den som et av sine midler for å utvikle karakteren. «For fattige,» sier han, «kommer det alltid til å være i landet. Derfor byder jeg deg og sier: Du skal lukke opp din hånd for din bror, for de trengende og fattige som du har i ditt land.» 5M 15: 11. {HOL 141.3}

«Når det er en fattig hos deg, blant dine brødre i noen av byene i det landet som Herren din Gud gir deg, da skal du ikke være hårdhjertet og lukke din hånd for din fattige bror, men du skal lukke opp din hånd for ham og låne ham det han mangler og trenger til.» Versene 7,8. {HOL 141.4}

«Når din bror blir fattig og ikke lenger kan holde seg oppe, da skal du støtte ham. Som en fremmed og en innflytter skal han leve hos deg.» 3M 25:35. {HOL 141.5}

«Når dere høster grøden i deres land, skal dere ikke skjære kornet helt ut til den ytterste kant av din åker.» «Når du høster inn kornet på din åker, og du glemmer et kornbånd på åkeren, skal du ikke vende tilbake for å hente det. ... Når du slår ned din oliven, skal du ikke finplukke grenene etterpå. ... Når du høster din vingård, skal du ikke holde ettersanking. Den fremmede, den farløse og enken skal ha det.» 3M 19:9; 5M 24:19-21. {HOL 141.6}

Ingen trenger å frykte for at gavmildhet vil føre fattigdom med seg. Lydighet mot Guds bud er en sikker garanti for velstand. «For Herren din Gud vil velsigne deg i alt ditt arbeid og i alt det du tar deg fore, fordi du gir.» «Du skall låne til mange folk, men selv

skal du ikke trenge til å låne av noen. Du skal herske over mange folk, men de skal ikke herske over deg.» 5M 15:10,6. {HOL 141.7}

Forretningsprinsipper

Guds ord godkjenner ingen framgangsmåte som gjør en klasse rik ved at andre blir undertrykket og må lide. Det forteller om oss at vi i alle våre forretningsforbindelser bør sette oss inn i situasjonen til dem vi handler med, slik av vi ikke bare tenker på oss selv, men også på andre. Den som prøver å ta fordel av en annens uheldige situasjon, eller som prøver å bli rik på andres svakhet eller mangel på dykdighet, bryter både prinsippene og budene i Guds ord. {HOL 142.1}

«Du skal ikke bøye retten for en fremmed eller en farløs, og du skal ikke ta en enkes klær i pant.» «Når du låner din neste noe, skal du ikke gå inn i huset hans for å hente det pantet han skal gi. Du skal bli stående utenfor, og den mannen du låner til, skal komme ut til deg med pantet. Dersom det er en fattig mann, så skal du ikke legge deg til å sove med hans pant i din besittelse:«. «Der som du tar din nestes kappe i pant, skal du gi ham den igjen før solen går ned, for den er det eneste han har, det er den han skal kle kroppen med, hva skal han ellers ligge i? Og når han roper

til meg, vil jeg høre, for jeg er barmhjertig.» «Når du selger noe til din neste, eller når du kjøper noe av din neste, da skal dere ikke gjøre hverandre urett.» 5M 24:17,10-12; 2M 22:26,27; 3M 25:14. {HOL 143.2}

«Dere skal ikke gjøre urett i dom, i lengdemål, i vekt eller hulmål. «Du skal ikke ha to slags vektsteiner i din pung, en stor og en liten. Du skal ikke ha to slags efa i ditt hus, en stor og en liten,» «Rette vektskåler, rette vektlodder, rett efa og rett hin skal dere ha.» 3M 19:35; 5M 25:13,14; 3M 19:36. {HOL 143.1}

«Gi til den som ber deg, og vend deg ikke bort fra den som vil låne av deg.» «Den ugudelige låner og betaler ikke, men den rettferdige forbarmer seg og gir.» Mat 5:42; Sal 37:42. {HOL 143.2}

«Gi råd! Finn en utvei for oss! La din skygge være midt på dagen som om det var natt! Skjul de fordrevne, forråd ikke flyktningene! La mine fordrevne barn få herberge hos deg, ... vær et skjul mot ødeleggeren!» Jes 16:3,4. {HOL 143.3}

Den planen Gud gav israelittene for hvordan de skulle leve, skulle virke som et eksempel for hele menneskeheten. Tenk deg hvor annerledes denne verden ville ha vært om disse prinsippene ble fulgt i våre dager! {HOL 143.4}

Ute i den store naturen finnes det fremdeles plass hvor de som er fattige og lider nød, kan finne seg et hjem. I naturens skjød er der ressurser nok til å forsyne dem med mat. I

jorden ligger det skjulte velsignelser for alle dem som har mot, vilje og utholdenhet til å samle skattene. {HOL 143.5}

Jordbruk - det arbeid som Gud gav mennesket i Eden - gir muligheter til livsopphold for svært mange mennesker. {HOL 143.6}

«Sett din lit til Herren og gjør godt. Bo i landet, og legg vinn på trofasthet... Sal 37:3. {HOL 143.7}

Tusener og titusener kunne ha arbeidet med jordbruk istedenfor å være stuvet i byene på jakt etter å kunne tjene bare lite grann. Istedenfor å bruke det vesle de tjener på brød, havner pengene i kassen til brennevinshandleren, og tilbake har de bare det som ødelegger både sjel og legeme. {HOL 143.8}

For mange er arbeid ikke annet enn slit, og istedenfor å tjene sitt levebrød ved ærlig strev, prøver de å snyte andre. Den som ønsker å tjene til livets opphold uten å arbeide, har åpnet døren for elendighet, laster og kriminalitet nesten uten grenser. {HOL 143.9}

Slummene

I de store byene finnes det skarer av mennesker som får mindre omsorg og omtanke enn dyrene. Tenk på de familiene som er stuvet sammen i usle leiligheter, ofte i mørke kjellere fulle av fuktighet og skitt. På slike steder blir barn født, og der må de vokse opp og dø. De får ikke se noe av det vakre i naturen, som Gud har skapt for å gi sansene nytelse og løfte sjelen opp. Fillete og utsultede bor de midt blant alle slags laster og fordervelse, og deres karakter blir formet av den elendighet og synd de er omgitt av. Noen barn hører Guds navn nevnt bare når noen banner. ørene deres blir fylt av uren tale, hån og forbannelse. Sansene deres blir ødelagte av alkoholstank, tobbaksrøyk, usunne lukter og lav moral. Alle disse går i en skole som gjør dem kriminelle og fiendtlige mot det samfunnet som har overlatt dem til elendighet og undergang. {HOL 144.1}

Ikke alle som bor i slummene, tilhører denne gruppen. Gudfryktige menn og kvinner er kommet i den ytterste fattigdom på grunn av sykdom eller tilfeldigheter, ofte fordi noen uærlige lever av å utsuge sine medmennesker. Mange som er oppriktige og har gode hensikter, blir fattige fordi de mangler opplæring i et håndverk. Uvitenhet gjør dem uskikket til å kjempe mot livets vanskeligheter. De flytter inn til byene, hvor de ofte ikke er i stand til å finne seg arbeid. All den last som de får se og høre der, utsetter dem for fryktelige fristelser. Slik blir de omgitt av og ofte stilt i klasse med mennesker som lever i last og fordervelse, og da er det bare en overmenneskelig kamp og en overjordisk makt som kan bevare dem fra å synke like lavt som de andre. Mange holder fast på sin rettskaffenhet og velger heller å lide enn å synde. Den gruppen mennesker trenger på en særlig måte hjelp, sympati og oppmuntring. {HOL 144.2}

Dersom de fattige som i dag er stuvet sammen i byene, kunne finne seg et hjem ute på landet, ville de ikke bare lære å livnære seg, men de ville også oppdage en sunnhet og en glede som var ukjent for dem. De ville kanskje måtte tåle hardt arbeid, enkle vaner, en stram økonomi og gjerne slit og forsakelse. Men allikevel ville det være til velsignelse for dem å forlate byen og skifte ut alle fristelsene til det onde, støy og kriminalitet, skitt og elendighet, med den ro, fred og renhet som finnes på landet. {HOL 144.3}

Mange av dem som bor i byene, har ikke en grønn flekk å sette føttene sine på. År etter år har de måttet se på de skitne gårdsplassene og de trange smauene, murvegger og brolagte gater og en himmel som er formørket av støv og røyk. Dersom disse menneskene kunne få flytte ut til et jordbruksdistrikt, hvor det var skoger, åser og bekker, ville det være nesten som himmelen for dem. {HOL 145.1}

De ville komme nærmere naturens hjerte om de i det store og hele ble avskåret fra kontakt med og avhengighet av mennesker som er talsmenn for denne verdens nedbrytende leveregler, vaner og spenning. Guds nærvær ville bli mer virkelig for dem. De ville lære hvordan de er avhengige av ham. Gjennom naturen ville de høre at han talte til deres hjerter om fred og kjærlighet, og sinn, sjel og legeme ville la seg påvirke av hans helbredende og livgivende kraft. {HOL 145.2}

Svært mange må ha hjelp, oppmuntring og undervisning om de noen sinne skal kunne bli flittige og selvhjulpne. Det finnes skarer av fattige familier som man ikke kan gjøre noe bedre misjonsarbeid for enn å hjelpe dem til å slå seg ned på landet og lære dem hvordan jorden kan gi dem et levebrød. {HOL 145.3}

Behovet for slik hjelp er ikke begrenset bare til byene. Selv ute på landet, der hvor mulighetene ligger rede til å kunne leve et bedre liv, finnes det mengder av fattige som er i stor nød. Hele distrikter er blottet for utdannelse i det som har med arbeid og sunnhet å gjøre. Familier bor i skur, nesten uten møbler og klær, uten redskaper, uten bøker, blottet for det som gjør livet behagelig og bekvemmelig, uten evne til å utvikle seg videre. Som et resultat av dårlig arv og slette vaner har disse uopplyste menneskene en svak og feilutviklet helse. De trenger opplæring helt fra grunnen av. De har ført et hjelpeløst, dovent og nedbrytende liv, og derfor trenger de å bli fortalt hvilke vaner som er de beste. {HOL 145.4}

Hvordan kan vi vekke dem opp til å innse at de trenger en forandring? Hvordan kan vi lede dem til å strekke seg etter høyere mål i livet? Hvordan kan vi hjelpe dem til å reise seg opp? Hva kan vi gjøre der hvor fattigdommen har tatt overhånd og finnes overalt hvor vi vender oss? Dette er i sannhet et vanskelig arbeid. Det vil aldri kunne skje en forandring om ikke menn og kvinner får hjelp av en kraft som ligger utenfor oss selv. Det er Guds hensikt at rike og fattige skal knyttes nærmere sammen ved hjelp av de bånd som

sympati og hjelpsomhet utgjør. De som har penger, evner og muligheter, skal bruke disse gavene til velsignelse for medmennesker. {HOL 145.5}

Kristne bønder kan gjøre et skikkelig misjonsarbeid om de hjelper fattige til finne seg et hjem på landet og lærer dem hvordan de skal dyrke jorda og gjøre den fruktbar. De må lære seg å bruke jordbruksredskaper, hvordan de skal dyrke forskjellige produkter, og hvordan de skal plante og pleie en frukthage. {HOL 146.1}

Mange som dyrker jorda får ikke den avlingen en kunne forvente, fordi de forsømmer sitt arbeid. Frukthagene deres blir ikke røktet skikkelig, avlingen blir ikke høstet inn til riktig tid, og jorda blir bare dyrket på en tilfeldig og overfladisk måte. De skylder gjerne på at jorda er ufruktbar. Men det er ofte feil å skylde på jordsmonnet, for hvis det ble skikkelig dyrket, ville det gi rikelig av grøde tilbake. Trangsynte planer, slapp innsats og feilaktige dyrkingsmetoder viser hvor viktig det er med en forandring på dette feltet. {HOL 146.2}

La alle som er villige til å lære, få undervisning i riktige metoder. Hvis noen ikke ønsker å lytte når du snakker om nye ideer, så undervis dem i det stille. Dyrk din egen jord på riktig måte. Snakk med naboen når du har anledning, og la din egen grøde tale for seg selv om hvor viktig det er å bruke riktige metoder. Demonstrer hva jorden kan produsere når den blir skikkelig dyrket. {HOL 146.3}

Vi burde gjøre noe for å opprette ulike håndverksbedrifter, slik at fattige familier kan finne arbeid. Snekkere, smeder, ja, alle som kan et eller annet nyttig yrke, burde føle ansvar for å undervise og hjelpe dem som går arbeidsløse uten å kunne noe. {HOL 146.4}

Hvis vi vil gjøre noe for de fattige finnes det et stort arbeids felt for både menn og kvinner. Det er behov for alles hjelp - en dyktig kokk, en husmor, en syer, en sykepleier. Lær medlemmene i fattige familier hvordan de skal koke, hvordan de skal sy og reparere klærne sine, hvordan de skal pleie de syke, hvordan de skal stelle hjemmet sitt. Og la gutter og jenter få en grundig undervisning i et eller annet nyttig håndverk eller arbeid. {HOL 146.5}

Misjonsfamilier

Det er behov for at familier slår seg ned som misjonærer på steder som ligger avsides. Bønder, forretningsmenn, bygningsarbeidere og folk som har ulike håndverk og yrker, bør dra til forsømte områder for å dyrke jorda, opprette verksteder, bygge seg selv et beskjedent hjem og hjelpe sine naboer. {HOL 147.1}

Gud har laget barske og ville steder i naturen tiltrekkende ved å blande det vakre sammen med det stygge. Det er det samme vi er kalt til å gjøre. Selv øde steder på jorden,

hvor mulighetene synes å være umulige, kan bli som en Guds hage. «På den dagen skal de døve høre bokens ord. Ut fra mulm og mørke skal de blindes øyne se. De saktmodige skal igjen glede seg i Herren, og de fattige blant menneskene skal fryde seg i Israels Hellige.» Jes 29:18,19. {HOL 147.2}

Det er oftest mest effektivt å hjelpe de fattige ved å lære dem et praktisk yrke. Som regel er det slik at de som ikke har lært å arbeid, eier heller ikke vaner som flittighet, utholdenhet, økonomisk forsiktighet og selvfornektelse. De vet ikke hvordan de skal styre seg selv. Det som på grunn av manglende forsiktighet og sunn dømmekraft ofte går til spille, kunde ha gitt familien et verdig og behagelig liv om det ble bruk med omtanke og på en økonomisk forsvarlig måte. «Den fattiges nybrott gir rik føde, men den går tapt når uretten rår.» Ord 13:23. {HOL 147.3}

Vi kan gi til de fattige og gjøre vondt verre om vi lærer dem å bli avhengige av oss. Slike gaver stimulerer egoisme og hjelpeløshet. Ofte fører det til latskap, kravmentalitet og mangel på måtehold. Ikke noe menneske som kan tjene nok til sitt eget levebrød, har noen rett til å gjøre seg avhengig av andre. Noen sier: «Verden skylder meg mitt levebrød,» men det inneholder selve kjernen til løgn, bedrag og tjuveri. Verden skylder ikke den noe levebrød som er i stand til å arbeide og tjene sitt levebrød selv. {HOL 147.4}

Ekte veldedighet hjelper mennesker til å hjelpe seg selv. Om noen banker på døren din og ber om mat, burde vi ikke la ham gå sulten bort, for hungeren kan skyldes uheldige omstendigheter. Men sann velgjørenhet betyr mer enn bare gaver. Det betyr en virkelig interesse for andres velferd. Vi burde prøve å forstå hvilke behov de fattige og nødlidende har, og så gi dem den hjelpen som vil tjene dem best. Å gi omtanke og tid og personlige anstrengelser koster langt mer enn bare å gi penger. Men det er den mest ekte gavmildhet. {HOL 148.1}

De som lærer å gjøre seg fortjent til hva de tar imot, vil mye letter lære å få mest mulig ut av det. Og ved at de lærer seg å stole på sine egne muligheter, klarer de å skaffe seg ikke bare det som er nok til dem selv, men også nok til å kunne hjelpe andre. Vi må lære dem som forspiller sine muligheter, hvor viktig det er å utføre de plikter som hviler på oss gjennom livet. Vis dem at Bibelens religion aldri gjør mennesker dovne. Kristus oppmuntret alltid folk til å være flittige. «Hvorfor står dere her ledige hele dagen?» spurte han de late. «Jeg må gjøre hans gjerninger som har sendt meg, så lenge det er dag. Natten kommer da ingen kan arbeide.» Mat 20:6; Joh 9:4. {HOL 148.2}

Alle har det privilegium at de i sine hjem, i sitt arbeid og i sin fritid kan gi verden et bevis på hva evangeliet kan gjøre for dem som lyder det. Kristus kom til vår verden for å gi oss et eksempel på hva vi kan bli. Han forventer av sine etterfølgere at vi skal være

modeller for hva som er rett i alle forhold i livet. Han vil at det ytre i våre liv skal bære preg av at han har berørt oss med sin guddommelige hånd. {HOL 148.3}

Våre egne hjem og omgivelser skulle være mønstre for hvordan livet kan være bedre, slik at arbeidsiver, renslighet, smak og dannelse kan erstatte dovenskap, urenhet: råskap og uorden. Gjennom våre liv og eksempel kan vi hjelpe andre til å se hva som er frastøtende i deres karakter eller omgivelser, og ved hjelp av kristen vennlighet kan vi oppmuntre dem til å gjøre forandringer til det bedre. I den grad vi viser dem interesse, vil vi også finne anledninger til å lære dem å bruke sine evner på beste måte. {HOL 148.4}

Håp og mot

Vi kan ikke utrette noe uten mot og utholdenhet. Derfor må vi tale om håp og mot til de fattige og nedslåtte. Om det er nødvendig, må vi gi faste bevis på at vi bryr oss om dem når de er kommet opp i vanskeligheter. De som selv har fått mange fordeler, burde huske at de også fremdeles feiler på mange områder, og at det gjør ondt for fattige når feilene deres blir holdt fram for dem, og noen viser dem hvordan de burde ha vært. Husk at vennlighet utretter mer enn kritikk. Når du forsøker å hjelpe andre, skal du la dem forstå at du ønsker at de skal nå det høyeste målet, og at du står klar til å gi dem den hjelpen de trenger. Vær ikke snar til å fordømme dem om de skulle komme til å feile i et eller annet. {HOL 148.5}

Nøysomhet, selvfornektelse og økonomisk sans er de viktigste leksene fattige må lære seg, men allikevel virker det ofte som om de ikke har lyst eller har vanskelig for å fatte hva det gjelder. Det eksempel og den ånd som hersker i verden, stimulerer og fostrer stolthet, forfengelighet, egoisme, ødselhet og latskap. Disse onder fører tusener til fattigdom og hindrer enda flere tusener fra å reise seg fra sin nedverdige og elendige livsform. Det er de kristnes oppgave å oppmuntre de fattige til å motstå denne påvirkningen. {HOL 148.6}

Jesus kom til denne verden i fattigslige kår. Han var av ring slekt. Tenk deg, himmelen,s majestet, herlighetens konge, lederen, for den store engleskaren, ydmyket seg til å velge å leve som menneske, og han valgte et liv i fattigdom og ydmykhet. Han hadde ingen fordeler framfor de fattige. Slit, strev og forsakelse var noe av det han måtte gjennomgå hver dag. «Revene har huler,» sa han, «himmelens fugler har reder, men Menneskesønnen har ikke det han kan helle sitt hode til.» Luk:9.58 {HOL 149.1}

Jesus traktet ikke etter beundring og bifall fra mennesker. Han befalte ikke over noen hær. Han hersket ikke over noe jordisk rike. Han forsøkte ikke å tekkes de rike og mektige i denne verden for å oppnå noen fordel. Han bad ikke om å få en posisjon blant nasjonens ledere. Han holdt seg med de fattige og mente at den kunstige

klasseinndelingen i samfunnet ikke var verd noe som helst. Han godtok ikke at noen var født til høy byrd, velstand, evner, kunnskap eller rang. {HOL 150.1}

Han var himmelens prins, men allikevel valgte han ikke ut sine disipler blant de lovkyndige, fyrstene, de skriftlærde eller fariseerne. Disse ble forbigått fordi de satte sin stolthet i sin egen lærdom og stilling. De hang fast i sine tradisjoner og forestillinger. Han som kan lese alles hjerter, valgte fattige fiskere som var villige til å lære. Han spiste med tollere og syndere og blandet seg med vanlige folk, ikke for å falle ned. på deres lave og jordiske plan, men for at han ved sine ord og sitt eksempel kunne dele med dem de riktige prinsippene, og løfte dem opp fra deres verdslige og ringe stilling. {HOL 150.2}

Jesus forsøkte å korrigere verdens falske standard for å verdsette mennesker. Han stod på de fattiges side, fordi han ville fjerne det brennemerket som verden hadde gitt dem. Ved å velsigne de fattige og kalle dem arvinger av Guds rike har han for alltid befridd dem fra hån og forakt. Han peker på den stien han gikk på, og sier: «Om noen vil komme etter meg, da må han fornekte seg selv og hver dag ta sitt kors opp og følge meg.» Vers 23. {HOL 150.3}

Kristne må møte mennesker hvor de er og undervise dem, ikke for at de skal bli stolte, men for at de skal utvikle sin karakter. Lær dem hvordan Kristus arbeidet og fornektet seg selv. Hjelp dem til å lære ved å se på hans selvfornektelse og selvoppofrelse. Lær dem å være på vakt mot selvopptatthet ved å rette seg etter verdens skikker. Livet er altfor verdifullt, altfor fullt av alvorlige og hellige ansvar, til at vi skal forspille det ved behage oss selv. {HOL 150.4}

Det beste i livet

Menn og kvinner har knapt nok begynt å forstå den virkelige meningen med livet. Vi blir tiltrukket av glitter og stas. Vi trakter etter å oppnå stor anseelse i verdens øyne. Dette gjør at de virkelige hensiktene med livet blir ofret. Det beste i livet - enkelhet, ærlighet, sannferdighet, renhet og rettskaffenhet - kan vi verken kjøpe eller selge. De er like gratis for den uvitende som for den velutdannede, for den fattige arbeidsmann som for den ansette statsmann. Gud har sørget for at både rik og fattig på like linje kan nyte hans gleder - den glede som finnes i å utvikle en ren tanke og utføre uegennyttige gjerninger, den glede som finnes i å tale vennlige ord og vise sympati. Fra dem som utfører en slik tjeneste, vil Kristi lys skinne for å gi lys til dem som har fått sitt liv formørket av mange skygger. {HOL 151.1}

Mens vi hjelper de fattige i timelige forhold, må vi alltid ha deres åndelige behov for øye. Vi må la vårt eget liv bære vitnesbyrd om Frelserens makt til å ta vare på mennesker. Vi må la vår karakter åpenbare den høye standard som det er mulig for alle å oppnå.

Evangeliet må vi forkynne ved hjelp av enkle eksempler. Alt vi gjør, bør inneholde en lærdom om karakterutvikling. {HOL 151.2}

l hverdagslivets enkle gjøremål kan selv de svakeste og minst framstående samarbeide med Gud og glede seg over at han er med og gir styrke gjennom sin nåde. De skal ikke trette seg ut ved stadige engstelse og unødvendig bekymring, men utføre sitt arbeid fra dag til dag og trofast utføre den oppgave som Gud i sin visdom ber dem om. Da vil han ta seg av dem. Han sier: {HOL 151.3}

«Vær ikke bekymret for noe, men la i alle ting deres bønneemner komme fram for Gud i påkallelse og bønn med takk. Og Guds fred, som overgår all forstand, skal bevare deres hjerter og deres tanker i Kristus Jesus.» Fil 4:6,7. {HOL 151.4}

Herren har omsorg for alle sine skapninger. Han elsker dem og gjør ingen forskjell, bortsett fra at han har den ømmeste medlidenhet med dem som har fått det lodd å bære livets tyngste byrder. Guds barn må møte prøvelser og vanskeligheter, men de burde møte sin skjebne med et glad hjerte og huske at alt det verden ikke gir dem, vil Gud selv erstatte i enda rikere mål. {HOL 152.1}

Det er når vi kommer opp i vanskeligheter, han vil åpenbare sin kraft og visdom ved å besvare ydmyke bønner. Ha tillit til ham som en Gud som både hører og besvarer bønner. Han vil åpenbare seg for deg som den som kan hjelpe i enhver nød. Han som skapte mennesket, som utstyrte det med fantastiske fysiske, mentale og åndelige evner, vil ikke holde tilbake det som trengs for å opprettholde det livet han har gitt. Han som har gitt oss sitt ord - bladene på livets tre - vil ikke holde oss uvitende om hvordan vi skal skaffe mat til de av hans barn som er i nød. {HOL 152.2}

Hvordan kan den som holder i plogen og driver oksen, få visdom? Ved å søke etter den som etter sølv og lete etter den som etter skjulte skatter. «Hans Gud har vist ham den rette måten, han har lært ham det.» «Og også dette kommer fra Herren, hærskarenes Gud. Han er underfull i råd, stor i visdom.» Jes 28:26,29. {HOL 152.3}

Han som lærte Adam og Eva hvordan de skulle stelle Edens hage, ønsker å undervise menneskene i dag også. Det er visdom å få for den som fører plogen og sår kornet. Gud gir dem som stoler på ham og er lydige mot ham, store fordeler. De kan gå frimodig fremad og stole på at han etter sin rike godhet vil gi dem hva de behøver. {HOL 152.4}

Han som mettet folkemengden med fem brød og to små fisker, er i våre dager i stand til å gi oss frukten av vårt arbeid. Han som sa til fiskerne i Galilea: «Kast garnet på høyre side av båten,» og som fylte garnet til det revnet da de gjorde det, ønsker at hans folk skal i den beretningen se et bevis for hva han vil gjøre for dem i dag. Den Gud som gav Israels barn manna fra himmelen da de var i ørkenen: lever og regjerer fremdeles. Han vil lede sitt folk, gjøre dem dyktige og gi dem forstand, så de kan utrette det arbeidet de er kalt til

å gjøre. Han vil gi visdom til dem som søker å utføre sine plikter samvittighetsfulIt og forstandig. Han som eier hele verden, har ressurser nok, og han vil velsigne enhver som forsøker å yte noe for andre. {HOL 152.5}

Vi trenger å lære oss å vende blikket opp mot himmelen i tro. Vi må ikke tillate oss å bli motløse selv om vi tilsynelatende ikke lykkes, og heller ikke skulle vi bli tunge om hjertet om tiden haler ut. Vi må arbeide med glede, håp og takknemlighet, og tro at jorden gjemmer i sitt skjød rike skatter som den trofaste arbeider vil høste, skatter som er mer verdifulle enn gull eller sølv. Fjell og høyder kan rokkes, og jorden eldes på samme måte som stoff, men Gud: som dekker bord for sine barn midt i ødemarken, vil aldri unnlate å gi oss sine velsignelser. {HOL 153.1}

Kapitel 13 - De hjelpeløse fattige

Når vi har prøvd alt for å hjelpe de fattige til å hjelpe seg selv, vil det fremdeles finnes enker og foreldreløse, gamle, hjelpeløse og syke, og de vil trenge vår sympati og omsorg. Vi må aldri forsømme disse. Gud har overlatt dem til den nåde, kjærlighet og barmhjertighet hans tjenere eier. {HOL 154.1}

Troens egne

«La oss derfor, mens vi har tid, gjøre det gode mot alle, men mest mot troens egne folk.» Gal 6:10. {HOL 154.2}

Kristus har på en særlig måte gitt menigheten i ansvar å sørge for behovene blant dens egne medlemmer. Han tillater at det finnes noen fattige i enhver menighet. De vil alltid være iblant oss, og han pålegger menighets medlemmene et personlig ansvar å ta vare på dem. {HOL 154.3}

På samme måte som medlemmene i en virkelig familie hjelper hverandre, pleier de syke, støtter de svake, underviser de uvitende og lærer opp de uerfarne, slik skal også «troens egne» ta vare på dem som er i nød og ikke kan hjelpe seg selv. {HOL 154.4}

Enker og foreldreløse

Herren har særlig omsorg for enker og farløse. «Farløses far og enkers dommer er Gud i sin hellige bolig.» «For din skaper er din ektemann, Herren, hærskarenes Gud, er hans navn. Og Israels Hellige er din gjenløser, all jordens Gud kalles han.» «Du kan gå fra dine farløse. Jeg vil holde dem i live, og dine enker kan stole på meg.» Sal 68:6; Jes 54:5; Jer49:11. {HOL 155.1}

De hjelpeløse fattige

Det er mang en far som, når han er blitt kalt bort fra sine kjære, har dødd i troen på Guds løfte om at han vil ta vare på dem. Herren sørger for enkene og de farløse, ikke gjennom mirakler som å sende manna fra himmelen, og heller ikke ved å sende ravner med mat til dem, men ved å utføre mirakler i menneskers hjerter, slik at egoismen blir fordrevet og kilder av kjærlighet fra Kristus får velle fram. Han overlater de lidende og etterlatte til sine etterfølgere, slik at de kan ha dem i sin trygge varetekt. Ingen har et sterkere krav på vår sympati enn dem. {HOL 155.2}

l hjem som eier alle livets bekvemmeligheter, i binger og kornlagre som er fylt med rik grøde, i varelagre hvor vevde tøyer er oppbevart, og i hvelvene hvor gull og sølv ligger, har Gud samlet midler til å hjelpe dem som trenger støtte. Han kaller på oss til å være redskaper som kan spre hans overflod til andre. {HOL 155.3}

Det finnes mange enker med barn som strever tappert for å bære dobbel byrde, og ofte sliter de langt mer enn de tåler for å kunne ta vare på sine små og gi dem det de behøver. Hun har ikke mye tid til overs for å lære og undervise dem, og liten mulighet til å gi dem et miljø som ville kunne lyse opp i livene deres. Hun trenger oppmuntring, sympati og håndgripelig hjelp. {HOL 155.4}

Fordi de ikke har noen far, har Gud kalt oss, så langt det står i vår makt, å gi disse barna det de mangler. Istedenfor å stå på avstand og beklage oss over deres feil og de problemer de måtte være årsak til, er det opp til oss å hjelpe dem på alle mulige måter. Det er vår plikt å støtte den utslitte moren og lette hennes byrder. {HOL 156.1}

I tillegg har vi den store mengden barn som ikke har foreldre i det hele tatt, og derfor heller ikke har et trygt, kristent hjem som kan lede dem. Kristne familier burde åpne både sine hjerter og sine hjem for disse hjelpeløse små. Det arbeid som Gud har gitt oss som vårt personlige ansvar, må vi ikke gi videre til en eller annen humanitær institusjon eller overlate til tilfeldig verdslig veldedighet. Dersom barna ikke har noen slektninger som er i stand til å ta omsorg for dem, skal menighetsmedlemmene sørge for at de får et hjem. Han som skapte oss forordnet det slik at vi skulle holde sammen i familier, og et barns karakter vil utvikle seg best i den kjærlige atmosfæren som burde finnes i et kristent hjem. {HOL 156.2}

Mange som ikke har noen barn selv, kunne gjøre et godt arbeid ved å ta vare på andres barn. Istedenfor å bruke tid på kjæledegger og ødsle kjærlighet på stumme dyr, burde de heller være opptatt av å hjelpe små barn, slik at de kan være med å forme deres karakter etter det guddommelige bilde. Gi din kjærlighet til de hjemløse medlemmene av den menneskelige familien. Se hvor mange av disse barna du kan oppdra og lære Herren å kjenne. Ved å gjøre dette ville mange oppleve en stor velsignelse selv. {HOL 156.3}

De gamle

De gamle trenger også den hjelp familien kan gi. I et hjem blant brødre og søstre i Kristus kan de nesten få erstatning for det hjem de ikke lenger har selv. Dersom de blir oppmuntret til å ta del i hjemmets plikter og gjøremål, vil de ikke føle at de ikke lenger lever til noen nytte. Gi dem følelsen av at deres hjelp er verdifull, at det ennå er noe de kan gjøre for å tjene andre, for det vil glede dem og gjøre livet deres mer interessant. {HOL 156.4}

Så langt det er mulig, burde vi la dem som er blitt grå i håret og ikke lenger har så stødige skritt fordi de er på vei til graven, få lov til å bli boende blant venner i vante omgivelser. De burde få lov å tjene sin Gud blant slike som de har kjent og elsket. De burde få lov å oppleve å bli pleiet av kjærlige og gode hender. {HOL 157.1}

Så sant det er mulig, burde det være en forrett i enhver familie å få lov å hjelpe sine egne slektninger. Når dette ikke lenger er mulig, hviler dette ansvaret på menigheten, som burde ta imot det både som et privilegium og en plikt. Alle som eier Kristi ånd, vil også ha en vennlig respekt for de svake og gamle. {HOL 157.2}

Det å få lov å ha en av disse hjelpeløse i sitt hjem er en verdifull anledning til å samarbeide med Kristus i hans barmhjertige tjeneste og å utvikle en karakter som hans. Det ligger en velsignelse i det at gamle og unge er sammen. De unge kan bringe solskinn inn i de gamles liv og hjerter. Når grepet om livet begynner å svekkes, trenger de den velsignelse som ligger i det å ha kontakt med ungdommens håp og livsglede. Og de unge kan finne hjelp i den visdom og erfaring de gamle har. Først og fremst trenger de å lære hva uegennyttig tjeneste er. Det vil for mange være en uvurderlig velsignelse å ha i sitt hjem en som trenger sympati og overbærenhet og selvoppofrende kjærlighet. Det vil gjøre familielivet godt og skjønt og utvikle både i de gamle og i de unge de kristelige karaktertrekk som vil gi dem en guddommelig skjønnhet og gjøre dem rike på himmelens uforgjengelige skatter. {HOL 157.3}

En prøve for karakteren

«De fattige har dere alltid hos dere,» sa Kristus, «og når dere vil, kan dere gjøre vel mot dem.» «En ren og usmittet gudsdyrkelse for Gud og Faderen er dette: å se til farløse og enker i deres nød, og å holde seg uplettet av verden.» Mark 14:7; Jak 1:27. {HOL 157.4}

Kristus prøver dem som bekjenner at de er hans etterfølgere, ved å plassere blant dem hjelpeløse og fattige, som er avhengige av deres omsorg. Ved å vise kjærlighet og omtanke for hans fattige barn, viser vi om vi har en ekte kjærlighet til ham. Hvis vi avviser dem, erklærer vi oss selv som falske disipler, som er fremmede for Kristus og hans kjærlighet. {HOL 157.5}

Selv om vi gjorde alt vi kunne for å skaffe hjem til foreldreløse, ville det fremdeles være mange som trengte hjelp. Det er mange av disse barna som bærer på en dårlig arv. De er lite lovende og slett ikke tiltrekkende, snarere frastøtende, men de er alllikevel løskjøpt ved Kristi blod, og i hans øyne er de like verdifulle som våre egne små barn. Dersom det ikke er noen som rekker dem en hjelpende hånd, vil de vokse opp i uvitenhet og bli dratt inn i ondskap og kriminalitet. Mange av disse barna kunne bli reddet om de kom på barnehjem. {HOL 158.1}

For at slike institusjoner skal kunne være så gode som mulig, bør de styres så likt et kristent hjem som råd er. Istedenfor store anstalter der mange barn er samlet, bør det heller være mange små institusjoner spredt omkring. Og de må ikke være i eller nær en by, men ute på landet, hvor man kan drive jordbruk, og hvor man kan bringe barna i

kontakt med naturen og gi dem den fordelen det er å bli satt i praktisk arbeid. {HOL 158.2}

De som har ansvar for slike hjem, må være opplyste og selvoppofrende menn og kvinner med romslige hjerter - menn og kvinner som har tatt på seg dette arbeidet av kjærlighet til Kristus, og som oppdrar barna for ham. Om de får en slik omsorg, vil mange hjemløse og ensomme barn bli opplært til å bli nyttige samfunnsmedlemmer til ære for Kristus, og i neste omgang vil de kunne være til hjelp for andre.. {HOL 158.3}

Det er mange som har feil oppfatning av hva sunn økonomi er, og forveksler det med å være gjerrig og smålig. Men sunn økonomi står ikke i motsetning til å være virkelig rundhåndet. Ja, uten å være økonomisk kan man ikke være rundhåndet. Vi skal spare for å kunne gi. {HOL 158.4}

Ingen kan vise ekte veldedighet uten å være selvfornektende. Bare ved å være nøysomme og selvfornektende ved hjelp av en stram økonomi kan vi utrette det arbeidet som vi er gitt som Kristi representanter. Vi må ikke eie stolthet og verdslige ambisjoner i våre hjerter. I alt vi gjør må de samme uegennyttige prinsippene som Kristus levde etter, også styre oss. På veggene i våre hjem, på bildene som henger der, på møblene, på våre klesplagg og i spisestuen, på bordet hvor det er rikelig med mat, skal vi kunne lese som om det stod skrevet med Guds finger: «Er ikke dette den faste jeg finner behag i, ... at du bryter ditt brød til den som sulter, og lar hjemløse stakkarer komme i hus - når du ser en naken, at du da kler ham.» Jes 58: 6,7. {HOL 158.5}

Det finnes tusener av anledninger hvor vi kan være til nytte. Ofte klager vi over at vi har så knapt med ressurser, men dersom de kristne virkelig var ivrige, ville de kunne formere sine ressurser tusenfoldig. Det er egoisme og selvopptatthet som stenger mulighetene for å være til hjelp. {HOL 159.1}

Hvor mange penger blir ikke brukt på ting som ikke er annet enn avguder, ting som sluker tanker, tid og krefter som burde vært brukt til bedre formål! Hvor mange penger blir ikke sløst bort på dyre hus og møbler, på selvopptatt fornøyelse, luksuriøs og usunn mat og skadelige nytelser! Hvor mye blir ikke kastet bort på unyttige gaver! I våre dager bruker kristne mange, mange flere penger på unyttige og ofte skadelige ting enn på å redde sjeler ut av fristerens grep. {HOL 159.2}

Mange som kaller seg kristne, bruker så mange penger på klær at de ikke har noe igjen å lindre andres nød med. De synes at de må ha kostbare smykker og dyre klær, uten å ofre en tanke på nøden til den, som har problemer med å skaffe seg selv de enkleste klær. . {HOL 159.3}

Medsøstre! Dersom dere fikk klesvaner som samsvarer med de råd som Bibelen gir, ville dere ha rikelig til overs å hjelpe deres fattige søstre med. Dere ville ikke bare ha

penger, men også tid. Det er ofte det som mangler mest. Det finnes mange dere kunne hjelpe med råd, innsikt og forstand. Vis dem hvordan de kan kle seg enkelt, men allikevel smakfullt. Mange kvinner unngår å gå i Guds hus fordi deres usle, upassende klær står i en så skrikende kontrast til det andre har på seg. Mange følsomme mennesker opplever en bitter ydmykelse og urettferdighet på grunn av denne forskjellen. Dette kan i neste omgang føre til at de begynner å tvile på om religionen er ekte, og hjertene deres blir harde overfor evangeliet. {HOL 159.4}

Kristus byr oss: «Sank sammen stykkene som er blitt til overs, slik at ingenting går til spille!» Joh 6:12. Mens det hver dag omkommer tusener av hungersnød, krig, opprør og sykdom, er det en plikt av ren nestekjærlighet å passe på at ingenting blir sløst bort, at ingenting som kan være til nytte for andre mennesker, går til spille. {HOL 160.1}

Det er galt av oss å kaste bort vår tid og våre tanker. Hvert eneste øyeblikk vi bruker til egoistiske formål, mister vi. Dersom vi verdsatte og anvendte all vår tid på en riktig måte, ville vi finne tid til alt vi trenger å gjøre for både oss selv og verden. Når det gjelder bruken av penger, tid, styrke og anledninger, burde alle kristne vende seg til Gud for å få veiledning. «Om noen av dere mangler visdom, da må han be til Gud - for Gud gir alle, villig og uten bebreidelse.- og så skal han få den.» Jak 1:5. {HOL 160.2}

«Gi, så skal det bli gitt dere», «Men elsk deres fiender! Gjør vel og lån bort uten å vente noe igjen! Da skal deres lønn bli stor, og dere skal være Den Høyestes barn. For han er god mot de utakknemlige og onde.» Luk 6:35.
«Den som gir til den fattige, skal ikke lide nød, men den som lukker sine øyne, får mange forbannelser.» Ord 28:27.
«Gi, så skal det bli gitt dere! Et godt mål, stappet, ristet og overfylt, skal bli gitt dere i fanget!» Luk 6:38. {HOL 160.3}

Kapitel 14 - Arbeid for de rike

Den romerske høvedsmannen Kornelius var av rik adelsslekt. Han hadde en ansvarsfull og respektert stilling. Selv om han av fødsel, oppdragelse og utdannelse var hedning, hadde hans omgang med jøder gitt ham kunnskap om den eneste sanne Gud. Han tilbad ham, og han viste at han var oppriktig i sin tro ved å hjelpe de fattige. «Han gav mange almisser til folket og bad alltid til Gud.» Apg 10:2. {HOL 161.1}

Kornelius hadde ingen kunnskap om evangeliet slik det var åpenbart gjennom Kristi liv og død. Derfor sendte Gud et budskap direkte fra himmelen til ham, samtidig som han sendte en beskjed til apostelen Peter om å besøke og undervise ham. Kornelius var ikke tilsluttet den jødiske menighet, og rabbinerne ville ha betraktet ham som en hedning og uren. Men Gud leste hans oppriktige hjerte og sendte en budbærer fra sin trone for å være sammen med sin jordiske tjener når han skulle undervise om evangeliet for denne romerske offiseren. {HOL 161.2}

På samme måte leter Gud i dag etter sjeler både blant høy og lav. Det finnes mange som Kornelius, mennesker som ønsker å slutte seg til Guds menighet. De sympatiserer med Herrens folk. Men de båndene som knytter dem til verden, holder dem fast. Det kreves moralsk mot av disse å stille seg sammen med de fattige. Vi burde gjøre ekstra anstrengelser for å nå disse menneskene, som på grunn av sitt ansvar og sin omgangskrets er i så stor fare. {HOL 161.3}

Det er blitt sagt mye om vårt ansvar overfor de forsømte fattige, men burde vi ikke vise de forsømte rike oppmerksomhet også? Mange anser denne klassen for håpløs, og de gjør lite for å åpne øynene på dem som har mistet evigheten av syne, fordi de er blendet og bedøvet av den glitter som deres jordiske ære har gitt dem. Tusener av velstående mennesker er blitt lagt til hvile uten å bli advart. Men selv om de kan virke likegyldige, har mange av de rike tunge sjelebyrder. «Den som elsker penger, blir ikke mett av penger. Og den som elsker rikdom, får aldri nok.» Den som sier til gullet: «Du er min tillit,» har fornektet Gud i det høye.» «En mann kan ikke utløse en bror, han kan ikke gi Gud løsepenger for ham - for utløsningen av deres sjel er for dyr, og han må avstå fra det til evig tid.» Pred 5:9; Job 31:24,28; Sal49:8,9. {HOL 162.1}

Rikdom og verdslig ære kan ikke tilfredsstille sjelen. Mange blant de rike lengter etter en guddommelig forvissning, et åndelig håp. Mange lengter etter noe som vil gjøre slutt på det monotone i deres tomme liv. Mange av dem som tilhører sosieteten, merker at de har behov for noe som de ikke har. Bare noen få av dem går i kirken, for de føler at de får lite igjen for det. Den læren de hører der, rører ikke ved hjertene deres. Burde vi ikke rette en personlig appell til dem? {HOL 162.2}

Blant dem som har sunket ned i fattigdom og nød, finnes også slike som en gang var rike, Mennesker fra ulike yrkesgrupper og ulike klasser har falt for fristelser og bukket under for verdens elendighet gjennom drukkenskap og utsvevelser. Disse falne trenger omsorg og hjelp, men burde vi ikke også gi litt oppmerksomhet til dem som ennå ikke har falt så dypt, men som går på den samme stien? {HOL 162.3}

Tusener som innehar ansvarsfulle og aktede posisjoner i samfunnet, ligger under for vaner som fører til ødeleggelse av sjel og legeme. Evangeliets forkynnere, statsmenn, forfattere, velstående og evnerike mennesker, personer med uvanlig gode forretningstalenter, slike som kunne gjøre stor nytte for seg, lever i livsfare fordi de ikke forstår hvor nødvendig det er å øve selvkontroll i alle forhold. De trenger å få rettet oppmerksomheten mot avholdsprinsipper, ikke på en trangsynt eller tilfeldig måte, men i lys av hva som er Guds hensikt for menneskene. Dersom de fikk lære mer om prinsippene som ligger til grunn for sann avholdenhet, finnes det mange i de høyere samfunnslag som ville forstå betydningen av dem og ta hjertelig imot dem. {HOL 162.4}

Vi burde vise disse menneskene hvordan skadelige nytelser svekker den fysiske, mentale og moralske styrke. De trenger hjelp til å forstå hvilket ansvar de har som forvaltere av Guds gaver. Vis dem alt det gode de kunne gjøre med de pengene som de nå bruker på slikt som bare er til skade for dem. La dem høre løftet om totalt avhold, og spør dem om de ikke heller vil bruke de pengene, som ellers ville ha gått til alkohol, tobakk og lignende laster, til å gjøre livet bedre for syke og fattige, eller til å bekoste utdannelse for barn og unge, slik at de kan bli til nytte i verden. Det er ikke mange som ville nekte å lytte til en slik oppfordring. {HOL 163.1}

Det er også en annen fare som de rike på en særlig måte er ut satt for, og her ligger det en oppgave for kristne helsearbeidere. En mengde velstående mennesker som aldri nedlater seg til de vanlige former for utskeielser, ødelegger allikevel sine liv på grunn av sin kjærlighet til rikdom. Det er mye vanskeligere å bære et beger som er fylt til randen, enn et tomt beger, for da trenger man virkelig å balansere forsiktig. Lidelse og motgang fører til skuffelser og sorg, men det er velstand som er den aller største faren for det åndelige liv. {HOL 163.2}

De som møter motstand er representert ved den busken Moses så i ørkenen. Den stod i lys lue, men brant ikke opp. Herrens engel var midt i busken. Slik er også Den Usynliges herlige lys midt iblant oss for ,å trøste oss og gi oss det vi trenger når vi møter motgang og lider nød. Vi ber ofte for dem som lider av sykdom eller motgang, men de som er betrodd rikdom og innflytelse, trenger våre bønner enda mer. {HOL 164.1}

I ydmykelsens dal, hvor mennesker føler sine behov og erkjenner at de er avhengig av at Gud leder deres skritt, er det forholdsvis trygt å være. Men de som billedlig talt står på de høyeste spir, og som på grunn av sin posisjon lever under en forventning av at de eier

stor visdom - det er disse som er i den største fare. Hvis slike mennesker ikke gjør seg avhengig av Gud, vil de helt sikkert falle. {HOL 164.2}

Bibelen fordømmer ingen for å være rik, så sant rikdommen er kommet på ærlig vis. Det er ikke penger, men kjærlighet til penger, som er roten til alt ondt. Det er Gud som gir mennesker evnen til å bli velstående, og den som ser på seg selv som Guds forvalter og bruker sine midler uegennyttig, vil oppleve at rikdommen blir til velsignelse både for ham som eier den og for verden for øvrig. Men mange blir så opptatt av sine interesser for verdens skatter at de blir ufølsomme for Guds krav og medmenneskers behov. De ser på sin rikdom som en mulighet til å opphøye seg selv. De kjøper seg hus etter hus og eiendom etter eiendom. De fyller hjemmene sine med luksus, mens mennesker omkring dem bor i elendighet og kriminalitet, sykdom og død. De som på denne måten bruker sitt liv for å tjene seg selv, utvikler ikke guddommelige dyder i sin karakter, men holdninger som kommer fra den onde. {HOL 164.3}

Disse menneskene trenger å høre evangeliet. De trenger å få vendt sine øyne bort fra den tomhet som ligger i det materielle, til å se verdien av evig velstand. De trenger å lære gleden ved å gi og velsiguelsene som kommer ved å samarbeide med Gud. {HOL 164.4}

Herren byr oss: «Du skal pålegge dem som er rike i denne verden,» at de ikke setter «sitt håp til den usikre rikdom, men til Gud, han som rikelig gir oss alle ting til vårt bruk. De skal gjøre det gode, være rike på gode gjerninger, være gavmilde og gjerne dele med andre. Slik samler de seg en skatt og legger en god grunnvoll for framtiden, for at de kan gripe det sanne liv.» l Tim 6:17-19. {HOL 164.5}

Det er ikke ved tilfeldig påvirkning en gang iblant at velståeude mennesker som elsker og tilber verden, kan bli dratt til Kristus. Disse menneskene er ofte de aller vanskeligste å nå. Menn og kvinner som er fylte av misjons ånd, slike som ikke vil la seg beseire eller miste motet, må legge all sin personlige anstrengelse til for at dette kan skje. {HOL 165.1}

Noen er bedre skikket enn andre til å arbeide for høyere samfunnsklasser. Slike må søke visdom fra Gud om hvordan de kan nå disse menneskene, ikke bare for å oppnå en tilfeldig forbindelse med dem, men for at de gjennom personlig anstrengelse og en levende tro kan vekke dem opp, så de kan se sin egen sjels behov. Da vil det være mulig å lede dem til kunnskap om sannheten, slik den er i Jesus. {HOL 165.2}

Mange mener at for å kunne nå de høyere samfunnsklasser, må man tilegne seg en livsstil og en framgangsmåte som står i forhold til deres kresne smak. De anser det som nødvendig å opptre som om de var rike, ved å ha kostbare hjem, dyre klær og kjøretøyer og andre vaner, slik at de retter seg etter verdens skikker, etter det kunstige moderne selskapslivet, etter klassisk kultur og elegante taleformer. Her tar de feil. Verdens måte å

gå fram på er ikke Guds vei å nå de høyere sosiale lag. Det som vil øve aller størst innflytelsen på dem, er om man konsekvent og uegennyttig framholder evangeliet om Kristus for dem. . {HOL 165.3}

Den erfaringen apostelen Paulus hadde da han møtte filosofene i Aten, kan lære oss noe. Da han forkynte evangeliet for domstolen på Areopagos, møtte han logikk med logikk, vitenskap med vitenskap og filosofi med filosofi. De viseste blant hans tilhørere ble overrasket og måtte tie. Det var ikke mulig å motsi det han sa. Men anstrengelsene hans bar liten frukt. Bare noen få ble ledet til å ta imot evangeliet. Derfor valgte Paulus etter denne erfaringen å bruke en annen framgangsmåte. Han unngikk velformulerte argumenter og teoretiske diskusjoner, og isteden rettet han på en enkel måte menn og kvinners oppmerksomhet mot Kristus som synderes frelser. Da han skrev til menigheten i Korint om sitt arbeid blant dem, sa han: {HOL 165.4}

«Da jeg kom til dere, brødre, kom jeg ikke med mesterskap i tale eller visdom da jeg forkynte dere Guds vitnesbyrd. For jeg ville ikke vite av noen blant dere, uten Jesus Kristus, og ham korsfestet. ... Min forkynnelse var ikke med visdoms overtalende ord, men med Ånds og krafts bevis, for at deres tro ikke skulle være grunnet på menneskelig visdom, men på Guds kraft.» I Kor 1:1-5. {HOL 166.1}

Og det samme synet uttrykker han i sitt brev til romerne: «For jeg skammer meg ikke ved evangeliet, for det er en Guds kraft til frelse for hver den som tror, både for jøde først og så for greker.» Rom 1:16. {HOL 166.2}

De som virker for høyere samfunnsklasser, bør opptre med sann verdighet og huske at engler går sammen med dem. De må fylle sinnets og hjertets skattkammer med , Det står skrevet». De må fylle hukommelsen med Kristi dyrebare ord, for de er langt mer verd enn gull og sølv. {HOL 166.3}

Kristus har sagt at det er lettere for en kamel å gå gjennom nåløyet enn for en rik mann å komme inn i Guds rike. I arbeidet for denne klassen vil vi. møte mange skuffelser, og vi vil gjøre mange bedrøvelige oppdagelser. Men for Gud er alle ting mulig. Han både kan og vil virke gjennom mennesker for å påvirke tankene til dem som har satt seg som mål i livet å tjene penger. {HOL 166.4}

Det kommer til å skje mirakler, som ekte omvendelse er, mirakler som vi ikke kan forutse i dag. Verdens mektigste menn er ikke utenfor rekkevidden til undrenes Gud. Dersom hans medarbeidere vil utføre sin plikt modig og trofast, vil Gud omvende mennesker som er i ansvarsfulle stillinger, intelligente og innflytelsesrike mennesker. Gjennom Den Hellige Ånds kraft vil mange bli ledet til å ta imot de guddommelige prinsippene. {HOL 166.5}

Når de har forstått at Herren forventer av dem som sine representanter at de skal lindre menneskenes lidelser, vil mange gi av sine midler og sin sympati for å hjelpe fattige. Etter hvert som tankene deres gjennom dette blir vendt bort fra deres egoistiske interesser; vil mange overgi seg til Kristus. De vil være glad for å kunne bruke sine midler og sine muligheter til å påvirke andre, og sammen med den ydmyke misjonæren Gud sendte for å omvende dem, vil de arbeide for andres vel. Ved å bruke sine jordiske skatter riktig vil de legge seg opp «skatter i himmelen, der verken møll eller rust tærer, og tyver ikke bryter inn og stjeler». Mat 6:19. {HOL 167.1}

Etter at de er omvendt til Kristus, vil mange bli redskaper Gud kan bruke for å arbeide for andre i deres egen samfunnsklasse. De vil føle at de har fått tildelt evangeliet for at de skal dele det med dem som ikke har noe mål for livet utover det denne verden kan gi. De vil bruke tid og penger for å fremme Guds sak, og de vil vie sine evner og sin innflytelse for å vinne sjeler for Kristus. {HOL 167.2}

Ikke før vi er i evigheten, vil vi få se hva dette arbeidet har utrettet hvor mange sjeler, syke av tvil og trøtte av verdslighet og uro, som er blitt brakt til Den Store Helbreder, han som lengter etter å frelse til det ytterste alle som kommer til ham. Kristus er den oppstandne Frelseren, og det er legedom under hans Vinger. {HOL 167.3}

PLEIE AV DE SYKE

«På syke skal de legge sine hender og de skal bli helbredet.» {HOL 168.1}

Kapitel 15 - I sykerommet

De som pleier de syke, må forstå hvor viktig det er å følge helselovene. Ikke noe annet sted er det viktigere å være lydig mot disse lovene enn i sykeværelset. Ikke noe annet sted er det viktigere at de som skal pleie syke, er nøye med småting. En liten forsømmelse, et øyeblikks mangel på oppmerksomhet når det gjelder pasientens behov eller de farer han svever i, å være opphisset, lunefull eller vise at en er redd, ja, til og med mangel på sympati - alt dette kan, om pasienten er alvorlig syk, vippe den vekten som avgjør liv eller død, og gjøre slik at en pasient som ellers ville ha blitt frisk, isteden går i graven. {HOL 168.2}

En sykepleiers dyktighet vil for en stor del være avhengig av om hun selv er fysisk sterk. Jo bedre helse hun har, desto bedre vil hun kunne holde ut det anstrengende arbeidet sykepleie er, og desto bedre vil hun kunne utføre sine plikter. De som pleier syke bør være særlig bevisst når det gjelder kost, hygiene, frisk luft og fysisk trening. Om resten av familien også er omhyggelig når det gjelder dette, vil det også være med på å gjøre dem i stand til å holde ut de ekstra byrdene som blir lagt på dem, og det vil hjelpe dem til å motstå sykdom. {HOL 168.3}

Når sykdommen er så alvorlig at den krever at en sykepleier er til stede dag og natt, bør arbeidet fordeles mellom minst to dyktige sykepleiere, slik at hver av dem får anledning til hvile og være ute i frisk luft. Dette er spesielt viktig når det er vanskelig å sørge for at det er rikelig med frisk luft i sykeværelset. Fordi mange ikke forstår hvor viktig det er med frisk luft, hender det at de stenger ventilasjonen, slik at både pasientens og sykepleierens liv blir satt i fare. {HOL 169.1}

Dersom en tar de nødvendige forholdsregler, trenger en ikke være redd for at sykdommer som ikke smitter skal ramme andre. Holder en seg til riktige vaner, og sørger en for at sykeværelset er rent for giftstoffer ved å være renslig og ha god ventilasjon, vil de syke ha lettere for å komme seg, og i de fleste tilfeller vil verken sykepleieren eller familien pådra seg sykdommen. {HOL 169.2}

Sollys, ventilasjon og temperatur

For å gi pasienten de aller beste betingelser for å komme seg, bør sykeværelset være stort, lyst og tiltalende, og med muligheter til skikkelig ventilasjon. Det rommet i huset som møter disse kravene best, bør velges som sykeværelse. Mange hus er ikke laget med tanke på at det skal være god ventilasjon, og det kan være vanskelig gjøre noe med dette,

men en bør gjøre hva en kan for at frisk luft kan strømme gjennom sykeværelset natt og dag. {HOL 169.3}

I den grad det er mulig, bør en sørge for at det er jevn temperatur i sykeværelset. Se etter hva termometeret viser. De som skal passe på den syke, får ofte for lite søvn eller må stå opp om natten for å pleie. Derfor føler de seg ofte kalde og er ikke i stand til å bedømme temperaturen riktig. {HOL 169.4}

Diett

En viktig del av sykepleierens plikter er å sørge for pasientens diett. Pasienten må ikke lide eller bli unødvendig svekket på grunn av mangel på næring, og heller ikke må de svekkede fordøyelsesorganene bli overanstrengt. En bør legge ekstra anstrengelser til for å gjøre maten velsmakende, men en bør også være nøye med å avpasse den etter pasientens bebov, både når det gjelder mengde og kvalitet. Når pasienten er på bedringens vei og appetitten er god, uten at fordøyelsesorganene har fått tilbake sin fulle styrke, er det stor fare for at det vil oppstå skade på grunn av uriktig diett. {HOL 170.1}

Sykepleierens plikter

Sykepleieren og alle andre som har noe å gjøre i sykeværelset, bør være vennlige, rolige og behersket. De må unngå alt som minner om hastverk, opphisselse og forvirring. De må åpne og lukke dører forsiktig, og alle i huset må forholde seg stille. Når pasienten bar feber, er det særlig viktig å være forsiktig når krisen inntreffer og feberen skal forlate kroppen. Da er det ofte nødvendig å våke hele tiden. Uvitenhet, forglemmelse og likegyldighet har ført til død for mange som kunne ha levd dersom de hadde fått riktig behandling av skjønnsomme og omtenksomme sykepleiere. {HOL 170.2}

Sykebesøk

Det er misforstått vennlighet og en feiloppfatning av hva høflighet er som får mange til å besøke syke. De som er svært syke, bør ikke ha besøk. Den belastning et slikt besøk medfører, gjør pasienten sliten i en tid da han aller mest trenger ro og uforstyrret hvile. {HOL 171.1}

En som er på bedringens vei, eller som lider av en kronisk sykdom, synes ofte det er gledelig og godt å vite at noen tenker vennlig på ham. Men en slik forsikring i form av et deltåkende brev eller en liten gave vil ofte være bedre enn et personlig besøk, og er dessuten ikke forbundet med fare. {HOL 171.2}

Sykepleie på institusjoner

På sanatorier og hospitaler, hvor sykepleierne hele tiden står overfor svært mange syke, kreves det at de gjør bevisste anstrengelser for å være vennlige og smilende til

enhver tid, og at de viser omtenksomhet i alt ha de sier og gjør. På slike institusjoner er det svært viktig at sykepleierne streber etter å utføre arbeidet sitt klokt og riktig. De må alltid huske at når de gjør sine daglige plikter, tjener de Herren Kristus. {HOL 171.3}

De syke trenger at vi taler vise ord til dem. Sykepleiere bør studere Bibelen hver dag, slik at de kan være i stand til å tale ord som lyser opp for dem som lider og hjelper dem. Guds engler er til stede i de værelsene hvor det blir arbeidet for de syke, og den som gir behandling bør være omgitt av en ren og behagelig atmosfære. Leger og sykepleiere bør holde fast ved Kristi prinsipper. Hans karakter må komme til syne i deres liv. Da vil de gjennom det de gjør og sier, lede den syke til Frelseren. {HOL 171.4}

Samtidig som kristne sykepleiere gjør hva de kan for at syke skal bli friske, vil de også på en behagelig og virkningsfull måte lede pasientens tanker til Kristus, han som helbreder både sjel og legeme. De tankene som pasienten får, litt her og litt der, vil ha stor betydning. Erfarne sykepleiere bør aldri unnlate å benytte seg av en anledning til å vende den sykes oppmerksomhet til Kristus. De burde alltid stå klar til å blande åndelig og fysisk helbredelse. {HOL 171.5}

På en vennlig og forsiktig måte bør sykepleiere undervise den syke om at den som vil være sunn og frisk, må slutte å bryte Guds lov. Han må slutte å velge et liv i synd. Gud kan ikke velsigne den som fortsetter å påføre seg selv sykdommer og lidelser ved bevisst å bryte himmelens lover. Men Kristus kommer gjennom Den Hellige Ånd som en legende kraft til dem som slutter å gjøre det onde og lærer å gjøre det gode. {HOL 172.1}

De som ikke elsker Gud, vil stadig motarbeide det som er best for sjel og legeme. Men de som forstår hvor viktig det er å leve i lydighet mot Gud i denne onde verden, vil være villige til å bryte med enhver ond vane. Takknemlighet og kjærlighet vil fylle deres hjerter. De vet at Kristus er deres venn. l mange tilfeller betyr vissheten om at de har en slik venn, mer for de lidende når de skal bli frisk fra sykdommer, enn den beste behandling som kan gis. Men begge disse behandlingsformene er viktige, og de må gå hånd i hånd. {HOL 172.2}

Kapitel 16 - Bønn for de syke

Skriften sier at vi «alltid skulle be og ikke bli trette». Dersom det noen gang er en tid når mennesker føler trang til bønn, så er det når kreftene svikter og livet synes å gli ut av hendene deres. De som har god helse, glemmer ofte den store nåde som blir vist dem dag etter dag og år etter år, og de glemmer å takke Gud for hans velsignelser. Men når de blir syke, tenker de på Gud. Når den menneskelige styrke svikter, kjenner de trang til guddommelig hjelp. Og vår barmhjertige Gud vender seg aldri bort fra en som i oppriktighet søker hans hjelp. {HOL 173.1}

«Som en far forbanner seg over sine barn, forbarmer Herren seg over dem som frykter ham. For han vet hvordan vi er skapt, han kommer i hu at vi er støv.» Sal 103:13,14. {HOL 173.2}

«De var dårer og ble plaget for sin syndige vei og for sine misgjerninger. Deres sjel fikk avsky for all mat, de kom nær til dødens porter. Da ropte de til Herren i sin nød, av deres trengsler frelste han dem. Han sendte sitt ord og helbredet dem, og reddet dem fra graven.» Sal 107: 17-20. {HOL 173.3}

Gud er like villig til å gi de syke helsen tilbake i dag som han var da Den Hellige Ånd talte disse ordene gjennom salmisten. {HOL 173.4}

Og Kristus er den samme medlidende lege nå som han var da han tjente her på jorden. 1 ham finnes legende balsam for enhver sykdom, en oppbyggende kraft for enhver skrøpelighet. Hans disipler i dag må sannelig be for de syke slik som disiplene bad i gamle dager. Og syke vil bli helbredet, for «troens bønn skal hjelpe den syke». Jak 5:15. Vi har Den Hellige Ånds kraft og troens sikre forvissning, og med den kan vi gripe Guds løfter. Herrens løfte: «På syke skal de legge sine hender, og de skal bli helbredet» (Mark 16:18) er like pålitelig i dag som på apostlenes tid. Det forteller oss om hvilke privilegier Guds barn har, og vår tro bør gripe fatt i alt hva dette omfatter. Kristi tjenere er hans redskaper, og gjennom dem ønsker han å åpenbare sin helbredende kraft. Det er vår oppgave å bære de syke og lidende fram for Gud på troens armer. Vi bør lære dem å tro på Den Store Lege. {HOL 173.5}

Frelseren vil at vi skal oppmuntre de syke, de som ikke eier håp, de som er plaget, til å ta imot hans styrke. Ved tro og bønn kan sykeværelset bli forandret til et Betel. 1 tro og handling kan leger og sykepleiere si så tydelig at det ikke kan misforstås: Herren er på dette sted for å frelse, ikke for å ødelegge. Kristus ønsker å åpenbare at han er til stede i sykeværelset og fylle leger og sykepleiere med duften av sin kjærlighet. Dersom de som pleier de syke, lever slik at Jesus kan gå med dem til pasientens seng, vil den syke bli overbevist om at den medlidende Frelseren er nær, og denne overbevisningen vil i seg selv bety mye for at en blir både sjelelig og fysisk frisk. {HOL 174.1}

Og Gud hører bønner. Kristus har sagt: «Om dere ber om noe i mitt navn, så skal jeg gjøre det!» Og en annen gang sa han: «Om noen tjener meg, ham skal Faderen ære.» Joh 14:14; 12:26. Dersom vi lever i, overensstemmelse med hans ord, kommer hvert eneste løfte han har gitt, til å bli oppfylt på oss. Vi har ikke fortjent hans nåde, men når vi overgir oss til ham, tar han imot oss. Han vil virke for og gjennom dem som følger ham. {HOL 174.2}

Men bare når vi i våre liv er lydige mot hans ord, kan vi gjøre krav på at hans løfter skal bli oppfylt på oss. Salmisten sier: «Der som jeg hadde urett for øye i mitt hjerte, så ville Herren ikke høre.» Sal 66: 18. Dersom vi bare er delvis og halvhjertet lydige mot ham, så vil hans løfter ikke gjelde oss. {HOL 174.3}

Guds ord finner vi undervisning om hvordan vi skal gå fram når vi skal be om at syke må bli helbredet. Men det er en svært alvorlig handling å be en slik bønn, og en bør ikke innlate seg på dette uten å ha overveid det nøye. I mange tilfeller der en ber om at syke må bli helbredet, er det som en kaller tro, ikke annet enn formastelse. {HOL 175.1}

Mange er selv skyld i sine sykdommer fordi de gir etter for dårlige vaner. De har ikke levd i overensstemmelse med naturlovene eller prinsippene for absolutt renhet. Andre har overtrådt helselovene når det gjelder mat, drikke, klær eller arbeid. Årsaken til at en er blitt svekket på sinn eller legeme, er ofte en eller annen last. Hvis slike mennesker fikk lov å nyte en god helse, ville mange av dem være likeglad og fortsette å bryte Guds fysiske og åndelige lover. De ville resonnere som så at fordi Gud helbreder dem som svar på bønn, så kan de like godt fortsette i sine usunne vaner og uten skrupler gi etter for sin fordervede appetitt. Dersom Gud skulle utføre mirakler for å gjøre slike mennesker friske, ville han oppmuntre til synd. {HOL 175.2}

Det er bortkastet arbeid å lære folk å se på Gud som den som helbreder deres skrøpeligheter, dersom vi ikke samtidig lærer dem å legge bort usunne vaner. Skal vi kunne motta hans velsignelser som svar på bønn, må vi slutte å gjøre det onde og lære å gjøre det gode. Omgivelsene må være rene og livsvanene riktige. Vi må leve i harmoni med Guds lov, både fysisk og åndelig. {HOL 175.3}

Syndsbekjennelse

Vi må gjøre det klart for dem som ønsker forbønn for å bli friske, at å bryte Guds lov, enten fysisk eller åndelig, er synd, og at de for å kunne motta Guds velsignelser må bekjenne og avstå fra synd. Skriften byr oss: «Bekjenn derfor deres synder for hverandre og be for hverandre, for at dere kan bli helbredet.» Jak 5: 16. Når noen ber om forbønn, så fortell dem noe slikt som dette: «Vi kan ikke lese hjerter eller vite hvilke hemmeligheter du har skjult i ditt liv. Dette er noe bare du selv og Gud kjenner til. Dersom du angrer dine synder, så er det din plikt å bekjenne dem.» Hemmelige synder

må bekjennes for Kristus, den eneste mellommann mellom Gud og mennesker. For «hvis noen synder, har vi en talsmann hos Faderen, Jesus Kristus, Den Rettferdige». l Joh 2:1. Enhver synd er en urett mot Gud, som vi må bekjenne for ham gjennom Kristus. Enhver åpenlys synd bør en bekjenne åpenlyst. Har en begått urett mot et medmenneske, bør en gjøre det godt igjen. Dersom noen som søker.å vinne helsen tilbake, har gjort seg skyldig i ond tale eller sådd splid i hjemmet, i nabolaget eller i menigheten og vært årsak til fiendskap og strid, eller dersom de ved sitt dårlige eksempel har ledet andre til å synde, så må alt slikt bekjennes for Gud og for dem en har gjort urett mot. «Dersom vi bekjenner våre synder, er han trofast og rettferdig, så han forlater oss syndene og renser oss fra all urettferdighet.» l Joh 1:9. {HOL 175.4}

Når de syke har gjort opp for sin synd, vil vi kunne stå fram for Gud i stille tro med deres behov, slik som Ånden måtte vise oss. Han kjenner hvert menneske ved navn og har omsorg for hver enkelt, som om det ikke var noen andre på denne jorden han gav sin elskede Sønn for. Fordi Guds kjærlighet er så stor og så urokkelig, bør vi oppmuntre de syke til å sette sin lit til ham og være ved godt mot. Hvis de er engstelige for sin egen tilstand, fører det bare til svekkelse og sykdom. Hadde de bare hevet seg opp over det som er dystert og trist, ville de ha langt større utsikter til å komme seg, for «Herrens øye ser til dem ... som venter på hans miskunn». Sal 33:18. . {HOL 176.1}

Når vi ber for de syke, bør vi huske at «vi vet ikke hva vi skal be om slik vi burde det». Rom 8:26. Vi vet ikke om den velsignelsen vi ønsker, blir til det beste for oss eller ei. Derfor bør. bønnene våre alltid inneholde denne tanken: «Herre, du kjenner alt som ligger skjult i hjertet. Du kjenner disse menneskene. Jesus, som er deres talsmann, gav sitt liv for dem. Hans kjærlighet til dem er større enn hva vår noen sinne kan bli. Hvis det kan være til din ære og til beste for de syke, så ber vi derfor om at de må bli friske. Dersom det ikke er din vilje at de skal bli bra, så ber vi om at din nåde må trøste dem, og at ditt nærvær må holde dem opp i deres lidelser.» {HOL 176.2}

Gud kjenner utfallet fra begynnelsen av. Han kjenner alles hjerter. Han leser hver hemmelighet tanke. Han vet om de som det blir holdt forbønn for, vil være i stand til å utholde de prøvelser som de kommer til å møte om de skulle bli friske igjen. Han vet om deres liv kommer til å bli til velsignelse eller forbannelse for dem selv og verden for øvrig. Dette er en av grunnene til at vi når vi ber for de syke, skulle si: «La ikke min vilje skje, bare din.» Luk 22:42. Jesus føyde til disse ord ene, som forteller at han bøyde seg for Guds vilje og visdom da han i Getsemane bad: «Far! Er det mulig, så la denne kalk gå meg forbi! Mat 26:39. Og dersom han som er Guds Sønn kunne si dette, hvor mye mer passer ikke disse ordene da på dødelige, feilende menneskelepper! {HOL 177.1}

Det eneste riktige ville være å legge fram våre ønsker for vår allvise himmelske Far, og så i fullkommen tillit overlate alt til ham. Vi vet at Gud hører oss dersom vi ber etter

hans vilje. Men det er ikke riktig å være påtrengende i våre bønner uten å være villig til å bøye av. Våre bønner må ikke ta form av befaling, men av forbønn. {HOL 177.2}

Det finnes tilfeller da Gud bestemt virker ved sin guddommelige kraft for å helbrede mennesker. Men ikke alle syke blir helbredet. Det er mange som blir lagt til hvile i troen på Jesus. På øya Patmos ble Johannes bedt om å skrive: «Salige er de døde som dør i Herren fra nå av. Ja, så sier Ånden, de skal hvile fra sitt besvær, for deres gjerninger følger dem.» Åp 14:13. Dette forteller oss at dersom noen ikke får helsen sin tilbake, så må vi ikke av den grunn beskylde dem for mangel på tro. {HOL 177.3}

Vi har alle et ønske om at våre bønner må bli besvart øyeblikkelig og direkte, og vi blir fristet til å bli mismodige når svaret blir utsatt eller det kommer på en fordekt måte. Men Gud er for vis og god til at han alltid besvarer bønnene våre akkurat på den tiden og på den måten vi ønsker det. Han vil gjøre noe mer og bedre for oss enn bare å oppfylle ønskene våre. Og fordi vi kan stole på hans visdom og kjærlighet, bør vi ikke be ham om å rette seg etter vår vilje, men heller prøve å sette oss inn i og følge hans plan. Våre ønsker og interesser bør settes til side for hans vilje. Slike erfaringer som prøver vår tro, er til det beste for oss. De viser om vår tro er sann og oppriktig og bygger på Guds ord alene, eller om den er avhengig av omstendigheter og derfor usikker og foranderlig. Troen blir styrket ved at den blir prøvet. Vi må la tålmodigheten utføre sitt fullkomne arbeid, idet vi husker at Skriften gir dyrebare løfter til dem som venter på Herren. {HOL 177.4}

Ikke alle skjønner disse prinsippene. Mange som ønsker å få del i ,Herrens helbredende nåde, mener at de må ha et direkte og hurtig svar på sine bønner, for ellers er deres tro for svak. Derfor bør de som er svekket av sykdom, bli rettledet på en forstandig måte, slik at de kan gå forsiktig fram. De må ikke forsømme sine plikter overfor dem som måtte overleve dem, eller unngå å bruke naturens egne midler for å vinne helsen tilbake. {HOL 178.1}

Vi står ofte i fare for å gjøre feil her. .Fordi de tror at de skal bli helbredet som svar på bønn, er noen redde for å gjøre noe som kan tolkes som om de mangler tro. Men de bør ikke unngå å ordne sine saker slik de ville ha gjort om de forventet at døden skulle rive dem bort. De skal heller ikke være redde for å tale oppmuntrende eller gi råd som de ville ønske å gi i avskjedens stund. {HOL 178.2}

De som søker helbredelse ved bønn, må ikke unnlate å bruke de legemidlene som står til rådighet. En fornekter ikke sin tro om en gjør bruk av de midlene som Gud har gitt for å stille smerte og hjelpe naturen i arbeidet for å helbrede. Det er ikke å fornekte sin tro å samarbeide med Gud og stille seg under slike forhold som er gunstige for helbredelsen. Gud har overlatt til oss å tilegne oss kunnskap om livets lover. Denne kunnskapen ligger innenfor vår rekkevidde for at vi skal bruke den. Vi bør gjøre bruk av ethvert middel som

kan hjelpe oss til å vinne helsen tilbake, ved at vi utnytter enhver mulig fordel og arbeider i harmoni med naturlovene. Når vi har .bedt om at den syke må bli frisk, kan vi arbeide med enda større styrke og takke Gud for at vi kan samarbeide med ham og be om hans velsignelse over de midlene han har gitt oss. {HOL 178.3}

Guds ord går god for at det er i orden å bruke legemidler. Hiskla, Israels konge, var syk, og Guds profet kom med beskjed om at han snart skulle dø. Da ropte han til Herren, og Herren hørte sin tjener og fortalte ham at det skulle legges femten år til hans levetid. Nå kunne jo et ord fra Gud ha helbredet Hiskia umiddelbart, men det ble gitt særskilte anvisninger: Jesaja sa at de skulle hente en fikenkake og legge den på byllen, så han kunne leve.» Jes 38:21. {HOL 179.1}

En gang spyttet Jesus på jorden, laget en deig av spyttet og smurte deigen på øynene til en blind mann. Han sa til ham: «Gå og vask dig i dammen Siloa! ... Han gikk da bort og vasket seg, og kom tilbake seende.» Joh 9:7. Denne helbredelsen kunne bare skje ved hjelp av Den Store Leges kraft, men allikevel gjorde Jesus bruk av naturens enkle legemidler. Selv om han ikke gikk god for bruk av alle slags giftige medikamenter, så godkjente han at det ble brukt enkle naturlige legemidler. {HOL 179.2}

Når vi har bedt om at den syke må bli frisk, så la oss bevare tilliten til Gud, uansett hva utfallet måtte bli. Dersom vi skulle miste. en av våre kjære, så la oss ta imot det bitre begeret i forvissningen om at det er Faderens hånd som holder det opp til vare lepper. Men skulle den syke bli helbredet, så må vi ikke glemme at den som har tatt imot Guds helbredende nåde, blir stilt under nye forpliktelser overfor Skaperen. Da de ti spedalske ble renset, var det bare en som vendte tilbake og gav Jesus ære. La ingen av oss være som de tankeløse ni, som ikke lot sine hjerter bli berørt av Guds barmhjertighet. «All god gave og all fullkommen gave kommer ovenfra, fra lysenes Far. Hos ham er ingen forandring eller skiftende skygge.» Jak l: 17. {HOL 179.3}

Kapitel 17 - Bruk av legemidler

Sykdom oppstår aldri uten årsak. Veien blir lagt åpen og sykdommer blir invitert ved at mennesker ikke tar hensyn til helselovene. Mange lider fordi de må smake konsekvensene av foreldres feil. Selv om de ikke er ansvarlige for det deres foreldre har gjort, så er det allikevel deres plikt å sette seg inn i hva som kan skje når helselovene blir brutt. De bør unngå de dårlige vanene som deres foreldre har ligget under for, og skaffe seg selv bedre kår ved å leve riktig. {HOL 181.1}

Men de aller fleste lider på grunn av sine egne valg. De avviser alle helseprinsipper når det gjelder mat, drikke, klær og arbeid. Å bryte naturens lover har sine sikre følger, og når sykdommen kommer, er det mange som ikke lar den virkelige årsaken få skylden, men isteden knurrer de mot Gud på grunn av sine lidelser. Men Gud står ikke ansvarlig for de lidelser som kommer på grunn av at naturens lover blir brutt. {HOL 181.2}

Gud har gitt oss et visst mål av livskraft. Han har også utstyrt oss med organer som gjør oss i stand til å utføre de forskjellige livsfunksjoner, og det er hans plan at disse organene skal samarbeide harmonisk. Dersom vi omhyggelig bevarer denne livskraften og holder kroppens mekanisme i orden, vil resultatet være god helse. Men dersom livskraften blir oppbrukt for hurtig, må nervesystemet låne krefter fra sitt reservelager, og når et organ blir skadet, må alle andre også lide. Naturen lar seg overbelaste en tid uten tilsynelatende motstand, men så reiser den seg og gjør det den kan for å fjerne virkningene av den dårlige behandlingen den har vært utsatt for. De forsøk den gjør for å rette opp disse forholdene, kommer ofte til syne i form av feber og forskjellige andre tegn på sykdom. {HOL 181.3}

Fornuftige legemidler

Når helsen er blitt forsømt så lenge at sykdom inntreffer, kan den syke ofte selv gjøre mer enn hva noen andre kan gjøre for ham. Det første en må finne ut, er hvordan sykdommen arter seg, og så må en gå i gang på en forstandig måte for å fjerne årsaken. Dersom kroppens harmoni er kommet ut av likevekt på grunn av overarbeid, forspisning eller andre uregelmessigheter, så prøv ikke å rette på problemene ved hjelp av giftige medikamenter. {HOL 182.1}

Mangel på måtehold i forhold til mat er ofte årsak til sykdom, og det naturen aller mest trenger, er å bli befridd fra den byrde som er lagt på den. I mange sykdomstilfeller vil den aller beste behandling være at pasienten kuttet ut et måltid eller to, slik at de overanstrengte fordøyelsesorganene kan få mulighet til å hvile. Åndsarbeidere har ofte funnet hjelp i en fruktdiett noen få dager. En kort periode med fullstendig faste, fulgt av en enkel, beskjeden kost, har ført til at syke har kommet seg ved hjelp av naturens egen

vitalitet. En avholdende diett i en måned eller to ville overbevise mange syke om at selvfornektelse fører til helse. {HOL 182.2}

Hvile som legemiddel

Noen blir syke på grunn av overarbeid. Disse trenger hvile, frihet fra ansvar og en enkel kost for å vinne helsen tilbake. De som er sliten i hodet og nervøse på grunn av uavbrutt arbeid og for mye inneliv, vil ha stor nytte av et opphold på lander, der de kan leve enkelt og sorgfritt og komme i nær kontakt med naturen. Å streife omkring i skog og mark, plukke blomster og lytte til fuglesang vil være nyttigere for dem enn noe annet. {HOL 183.1}

Enten en er syk eller frisk, så er rent vann en av himmelens beste velsignelser. Brukt på rett måte er det gunstig for helsen. Det er den drikken Gud har bestemt skal slokke tørsten hos mennesker og dyr. Drikker vi vann i rikelig mengde, stiller vi organismens krav og hjelper naturen i sin kamp mot sykdom. Utvortes bruk av vann er en av de letteste og mest tilfredsstillende måter å regulere blodomløpet på. Et kaldt eller kjølig bad er en ypperlig stimulans. Varme bad åpner porene og hjelper på den måten til med å skille ut de urene stoffene fra kroppen. Både varme og tempererte bad virker beroligende på nervene og gjør at blodomløpet strømmer jevnt. . {HOL 183.2}

Men det er mange som aldri av egen erfaring har lært hvor godt det er med en slik riktig bruk av vann, og de er redde for det. Behandling ved hjelp av vann blir ikke verdsatt høyt nok, og en riktig bruk av slik behandling krever en innsats som mange ikke er villig til å yte. Men ingen har unnskyldning for å være uvitende eller likegyldig omkring dette. Det er mange måter å bruke vann på når det gjelder å stille smerter eller stanse sykdom. Alle bør øve seg opp til å bli dyktige til å bruke vann i enkle behandlinger hjemme. Særlig mødre bør lære seg hvordan de skal ta seg av familien både under sykdom og ellers. {HOL 183.3}

Mennesket trenger aktivitet. Hvert organ i kroppen har sin bestemte oppgave, og utvikling og styrke er avhengig av hvordan dette arbeidet blir utført. All normal virksomhet i disse organene gir styrke og energi, men uvirksomhet fører til forfall og død. Hvis en arm blir bundet fast i bare noen få uker, vil den etterpå være svakere enn den armen som i samme tidsrom har fått utføre sitt vante arbeid. Uvirksomhet har en lignende virkning på hele muskelsystemet. {HOL 183.4}

Mangel på aktivitet er en viktig årsak til sydom . Trening er godt for blodomløpet og får det til å strømme jevnt, men ved passivitet får ikke blodet strømme fritt, og de forandringer i blodet som er så nødvendige for liv og helse, finner ikke sted. Også huden blir uvirksom. De urene stoffene blir ikke utskilt slik som de ville blitt om blodomløpet var blitt fremmet ved skikkelig aktivitet, om huden var blitt holdt sunn og frisk, og om

lungene var blitt forsynt med rikelig av ren, frisk luft. Når hele systemet er i en slik tilstand, legger det en dobbel byrde på de organene som skal utskille avfallsstoffer, og resultatet blir sykdom. {HOL 183.5}

Vi må ikke oppmuntre vanføre til å holde seg i ro. Dersom en har vært alvorlig overanstrengt på en eller annen måte, så kan fullstendig hvile en kort tid være med på å avverge sykdom, men kroniske vanføre trenger sjelden å unngå all aktivitet. {HOL 184.1}

Slike som er nedbrutt av åndelig arbeid, bør ta en pause i sitt anstrengende tankearbeid, men de må ikke få den forestillingen at det er farlig for.dem å bruke sine åndsevner i det hele tatt. Det er mange som har en tendens til å betrakte sin tilstand som vere enn hva den i virkeligheten er. En slik innstilling virker hemlende for helbredelsen og bør ikke oppmuntres. {HOL 184.2}

Predikanter, lærere, studenter og andre åndsarbeidere er ofte syke på grunn av store mentale anstrengelser og mangel på fysisk aktivitet. Disse trenger et mer aktivt liv. Streng avholdenhet kombinert med skikkelig aktivitet vil kunne gi både mental og fysisk styrke og større utholdenhet til alle åndsarbeidere. {HOL 184.3}

Slike som har overbelastet sine fysiske krefter, bør ikke bli oppmuntret til å unngå all form for kroppslig arbeid. Men derom arbeidet skal bli til størst mulig gagn, må det være systematisk og lystbetont. Aktivitet utendørs er det beste, og den bør bli utført slik at det er nettopp de svekkede organene som blir styrket. En bør legge hele sin sjel i dette. Det arbeid hender utfører, må aldri synke ned til å bli bare slit. {HOL 184.4}

Når syke ikke har noe å bruke sin tid og sin oppmerksomhet på, blir de selvopptatt og mer sykelige og irriterte. Noen gangr dveler de så mye ved sine negative følelser at de begynner å tro at de er mye verre enn hva de i virkeligheten er, og de blir helt ute av stand til å gjøre noe som helst. {HOL 184.5}

I alle slike tilfeller vil en fornuftig styrt trening av kroppen vise seg å være et virksomt legemiddel. I noen tilfeller er slik aktivitet helt uunnværlig om en skal vinne helsen tilbake. Viljen følger hendenes arbeid, og slike pasienter trenger å få vekket opp viljen. Når viljen sover, blir evnen til å tenke unormal, og det blir umulig å stå imot sykdom. {HOL 184.6}

Uvirksomhet er den største forbannelse som kan ramme de fleste syke. Et ganske lett, men nyttig arbeid skader verken sinn eller kropp, men har tvert imot god effekt på begge. Musklene blir styrket, blodomløpet blir styrket og pasienten får den tilfredsstillelse som ligger i å vite at han ikke er helt unyttig i denne travle verden. Han vil kanskje klare å gjøre bare litt til å begynne med, men snart vil han oppdage at kreftene øker, og innsatsen kan bli tilsvarende større. {HOL 185.1}

Aktivitet har også en positiv effekt på fordøyelsesorganene. Hardt studium eller kraftig fysisk anstrengelse like etter et måltid hindrer fordøyelsen. Derimot er det svært bra med en kort spasertur like etter et måltid, med hevet hode og skuldrene godt trukket tilbake. {HOL 185.2}

Til tross for alt som er sagt og skrevet om hvor viktig det er med fysisk aktivitet, er det fremdeles mange som ikke bryr seg om det. Mange blir tykke fordi organismen blir overfylt. Noen blir magre og svak, fordi deres livskraft blir brukt opp til å fjerne den overflødige maten de har spist. Leveren blir overanstrengt i sitt arbeid med å rense blodet for urene stoffer, og resultatet blir sykdom. {HOL 185.3}

De som har et stillesittende liv, bør, så sant været tillater det, ta seg tid til fysisk aktivitet ute i frisk luft hver dag, både sommer og vinter. Å gå er å foretrekke fremfor å ri eller å kjøre, for da kommer flere muskler i bevegelse. Lungene blir tvunget til sunn aktivitet, for det er umulig å gå hurtig uten å trekke pusten dypt. {HOL 185.4}

Slik aktivitet viser seg i mange tilfeller å være bedre for helsen enn medikamenter. Syke får ofte det råd å dra på en sjøreise, besøke en mirakelkilde eller reise til forskjellige steder for å få klimaforandring. Men i de fleste tilfeller kunne de ha gjenvunnet helsen og spart tid og penger om de bare ville lære seg å spise med måtehold og ta del i sunn og oppfriskende aktivitet. {HOL 185.5}

Kapitel 18 - Behandling av sinnet

Det er et nært forhold mellom sinn og legeme. Når det ene blir påvirket, får det følger på det andre. Sinnstilstanden har større betydning for helsen enn mange forstår. Mange av de sykdommene mennesker lider av, er resultat av depresjoner. Sorg, angst, utilfredshet, anger, skyldfølelse og mistro har lett for å bryte ned livslysten og legger veien åpen for svekkelse og død. {HOL 186.1}

Noen ganger oppstår og forverres sykdom på grunn av innbilning. Mange som kunne ha vært friske om de bare trodde det, blir syke for livet. Mange innbiller seg at de blir syke bare på grunn av den minste ting, og de uheldige virkningene kommer fordi de forventer det. Mange dør av sykdommer som helt og holdent har en innbilt årsak. {HOL 186.2}

Mot, håp, tro, sympati og kjærlighet styrker helsen og forlenger livet. Et glad og tilfreds sinn er medisin for kroppen og styrke for sjelen. «Et glad hjerte gir god legedom.» Ord 17:22. {HOL 186.3}

Når vi behandler syke, må vi ikke overse betydningen av mental påvirkning. Brukt på den rette måten er denne påvirkningen et av de mest effektive virkemidlene for å bekjempe sykdom. {HOL 186.4}

Når ett sinn styrer et annet

Men det finnes også en form for behandling av sinnet som er et av de mest effektive våpen den onde har. Gjennom denne såkalte vitenskap blir et sinn satt under kontroll av et annet, slik at personligheten til den svakeste blir helt underlagt den sterkeste. En person styrer viljen til en annen. Dette blir gjort fordi man hevder at den enes tankegang kan forandres ved at sunne impulser kan gå fra en til en annen, slik at pasienten kan bli i stand til å stå imot og overvinne sykdom. {HOL 187.1}

Denne behandlingsmetoden har blitt brukt av personer som ikke kjente til hvordan den egentlig virker, men som mente at den var til det beste for pasienten. Men denne såkalte vitenskap er grunnlagt på falske prinsipper. Den er fremmed for Kristi ånd og natur, og den leder ikke menneskene til ham som er liv og frelse. Den som knytter andres sinn til seg selv, får dem til å skille seg fra ham som er kilden til all styrke. {HOL 187.2}

Det er ikke Guds mening at noe menneske skal stille sitt sinn under en annens kontroll og på den måten bli et viljeløst redskap i den andres hender. Ingen skal legge sin personlighet innunder en annens. Vi må ikke betrakte noe annet menneske som kilden til sunnhet. Vi må sette vår lit til Gud. Vi må være klar over hvilken verdi Gud har satt på oss, og la oss styre av ham og ikke av noe menneske. {HOL 187.3}

Gud ønsker at mennesket skar komme i et direkte forhold til ham. Han anerkjenner menneskenes personlige ansvar. Han forsøker å oppmuntre oss til å få en følelse av personlig avhengighet og til å innse at vi trenger Guds personlige ledelse. Han ønsker å bringe det menneskelige i samfunn med det guddommelige, slik at mennesker kan bli forvandlet etter det guddommelige bilde. Satan gjør alt han kan for å forstyrre denne planen. Han prøver å få mennesker til å sette sin lit til mennesker. Når sinnet blir vendt bort fra Gud, kan fristeren få det under sitt herredømme og slik få kontroll over menneskene. {HOL 187.4}

Teorien om at et menneske skal kunne kontrollere et annet menneskes sinn, stammer fra Satan, som stilte seg selv opp som den store mester og satte menneskelig tankegang istedenfor guddommelige tanker. Av alle de villfarelser som har kommet inn blant bekjennende kristne, er det ingen som er mer forførerisk og farlig, ingen som så sikkert vil skille menneskene fra Gud, enn denne. Selv om den kan se uskyldig ut, vil den føre til ødeleggelse istedenfor helbredelse om den blir brukt på pasienter. Den åpner en dør som Satan kan gå inn gjennom for å ta styring over sinnet både til den som kontrollerer den andre, og til den som lar seg kontrollere. {HOL 187.5}

Fryktelig er den makt som på denne måten blir gitt ondsinnede menn og kvinner. Tenk hvilke muligheter den gir dem som lever av å dra fordel av andres svakheter og dumheter! Hvor mange er det ikke som fordi de på denne måten får makt over mentalt syke eller svake mennesker, finner en mulighet til å tilfredsstille sine egne syndige tilbøyeligheter eller sin pengegriskhet! {HOL 188.1}

Vi har noe bedre å gjøre enn å være med på at et menneske skal kunne herske over et annet. Legen bør lære folk til å se bort fra mennesker og hen til Gud. Istedenfor å lære de syke å stole på mennesker for å bli helbredet i kropp og sinn, burde han lede dem til ham som kan frelse til det ytterste alle dem som kommer til ham. Han som skapte menneskenes sinn, vet hva vi trenger. Gud alene er den som kan helbrede. De som har fått sykdom på kropp og sinn, må se hen til Kristus for å bli helbredet. «For jeg lever,» sier han, «og dere skal leve.» Joh 14:19. Det er dette livet vi skal holde fram for de syke. Vi skal fortelle dem at dersom de har tro på Kristus som den som kan helbrede, og dersom de samarbeider med ham ved å følge helselovene og søker hellighet i gudsfrykt, så vil han gi dem sitt liv. Når vi presenterer Kristus for dem på denne måten, får de del i en kraft som har stor verdi, for den kommer fra det høye. Dette er helbredelsens sanne vitenskap for kropp og sjel {HOL 188.2}

Sympati

Det trengs stor visdom for kunne behandle sykdommer som har sitt utgangspunkt i sinnet. Et sårt og sykt hjerte, et mismodig sinn, trenger en mild behandling. Mange ganger er det problemer i familien som lik en kreftsvull tærer på sjelen og svekker selve

livskraften. Og noen gamger er det anger på synd som undergraver helsen og bringer sinnet ut av balanse. Det er gjennom øm sympati vi kan hjelpe denne gruppen pasienter. Legen bør først vinne deres tillit før han leder dem til Den Store Lege. Dersom deres tro kan bli ledet hen til Den Sanne Lege, og de kan få tillit til at han har tatt seg av deres spesielle tilfelle, vil det bringe lindring til sinnet og ofte legemlig helbredelse. {HOL 189.1}

Sympati og medfølelse vil ofte vise seg å være til bedre nytte for pasienten enn den aller beste behandlingen gitt på en kald og likegyldig måte. Når legen står ved sykesengen og virker sløv og likegyldig og betrakter den syke som om hans tilstand ikke betyr noe særlig for ham, når han ved sine ord og sin oppførsel gir inntrykk av at dette tilfellet ikke trenger nærmere oppmerksomhet, og så overlater pasienten til sine egne tanker, da har legen gjort ham direkte skade. Den tvil og det mismot som denne likegyldigheten skaper, vil ofte bryte ned den gode virkningen behandlingen ellers måtte gi. {HOL 189.2}

Dersom legene kunne klare å sette seg selv i den stilling de er som har nedslått mot og en svekket vilje på grunn av det de har lidd, som lengter etter sympati og tiltro, så ville de kunne forstå deres følelser bedre. Når den kjærlighet og medlidenhet som Kristus viste de syke, blir forent med legens kunnskap , så vil bare det at han er til stede, være til velsignelse. {HOL 189.3}

Hvis legen er åpenhjertig mot pasienten, vil det gi tillit, som i seg selv vil være til stor hjelp for å kunne bli frisk. Det finnes leger som mener det er klokt å skjule for pasienten hva han lider av. Mange er redde for å skremme pasienten eller gjøre ham mismodig om de forteller sannheten, og derfor forespeiler de et falskt håp om at han skal bli frisk, og kan til og med la pasienten gå i graven uten å advare ham om hvilken fare han svever i. Alt dette er uklokt. Det er ikke i alle tilfeller tryggest eller best å forklare pasienten det fulle omfang av hvilken fare han er i, for det kan gjøre ham redd og forsinke eller kanskje forhindre helbredelsen. Man kan heller ikke alltid forteIle hele sannheten til dem som i stor grad har innbilte lidelser. Mange av disse mangler fornuft og har ikke lært selvbeherskelse. De har noen merkelige forestillinger og innbiller seg mye falskt om seg selv og andre. Dette oppfatter de selv som ekte, og de som pleier dem må stadig være vennlige og vise en utrettelig tålmodighet og omtenksomhet. Dersom disse pasientene fikk vite sannheten om seg selv, ville noen bli fornærmet, andre miste motet. Kristus sa til disiplene sine: «Ennå har jeg mye å si dere, men dere kan ikke bære det ennå.» Joh 16:12. Men selv om det ikke i. alle tilfeller er klokt å si sannheten, er det aldri nødvendig eller forsvarlig å føre noen bak lyset. Aldri bør en lege eller en sykepleier nedlate seg til å komme med falske forklaringer. De som gjør dette, stiller seg slik at Gud ikke kan samarbeide med dem, og ved å misbruke pasientenes tillit forspiller de en av de mest effektive måter mennesker kan helbrede på. {HOL 190.1}

Vi har ikke lært å verdsette viljekraften så høyt som vi skulle. Hold viljen våken og la den bli ledet riktig, så vil den styrke hele ens vesen og på en vidunderlig måte hjelpe til å bevare helsen. Den er en kraft i behandlingen av sykdommer. Når den blir brukt riktig, vil den kunne kontrollere fantasien og være et mektig middel til å motstå og overvinne sykdom på både kropp og sinn. Dersom de syke ved å bruke sin viljekraft ville stille seg i det rette forholdet til livet, kunne de gjøre mye i samarbeid med legen for å bli frisk igjen. Det finnes tusener som kan bli friske om de ville. Herren har ikke noe ønske om at de skal være syke. Han vil at de skal være friske og lykkelige, og derfor burde de selv bestemme seg for å bli friske. Ofte kan pasienter motstå sykdom bare ved å nekte å gi etter for sykdom og passivitet. De bør heve seg over smerter og plager og få seg noe å gjøre som står i forhold til hva de kan klare. Ved slikt arbeid og ved frisk luft og solskinn kan mange utmagrede syke få tilbake helse og styrke. {HOL 190.2}

Bibelske behandlingsprinsipper

De som vil gjenvinne og bevare sin helse, kan finne en lærdom i disse ordene i Skriften: «Drikk dere ikke drukne av vin, for det fører bare til utskeielser, men bli fylt av Ånden.» Ef 5: 18. En kan ikke finne sann helbredelse eller en forfriskning for sjel og legeme gjennom opphisselse eller forglemmelse på grunn av unaturlige eller usunne stimuli, heller ikke ved å tilfredsstille lavere lyster og lidenskaper. Blant de syke er det mange som er uten Gud og uten håp. De lider under utilfredsstilte lyster og unaturlige lidenskaper; og deres egen samvittighet fordømmer dem. De mister taket på dette livet og har ikke noe håp om å få del i det kommende. De som pleier slike syke, må ikke tro at det er til gagn for pasientene om de tillater dem å gi seg hen til disse tomme, opphissende nytelsene. Det er jo disse som har vært deres forbannelse. Den hungrende og tørstende sjel vil fortsatt hungre og tørste så lenge den søker tilfredsstillelse på denne måten. De som drikker av selvtilfredsstillelsens kilde, blir bedratt. De forveksler styrke med munterhet, og når stimulansen er slutt, er det også slutt på den opprømte stemningen, og de er overlatt til misnøye og motløshet. {HOL 191.1}

Varig fred og sann åndelig hvile har bare en kilde. Det var denne Kristus talte om da han sa: «Kom til meg, alle som strever og har tungt å bære, og jeg vil gi dere hvile!» Mat 11 :28. «Fred etterlater jeg der, Min fred gir jeg dere. Ikke som verden gir, gir jeg dere.» Joh 14:27. Denne freden er ikke noe som han gir uavhengig av seg selv. Den er i Kristus, og vi kan bare motta den ved å ta imot ham. {HOL 191.2}

Kristus er livets kilde. Mange trenger å få en klarere forståelse om ham. De trenger på en tålmodig og vennlig, men allikevel alvorlig måte å bli undervist om hvordan de helt må åpne seg for himmelens helbredende innflytelse. Når Guds kjærlighets sollys får opplyse de mørke rom i sjelen, vil den hvileløse uro og mangel på tilfredshet forsvinne, og en tilfredsstillende glede vil gi sinnet kraft og kroppen helse og styrke. {HOL 191.3}

Vi lever i en verden full av lidelse. Vanskeligheter, prøvelser og sorger venter oss overalt på veien til vårt himmelske hjem. Men det er mange som gjør livets byrder dobbelt så tunge fordi de stadig går og venter på vanskeligheter. Dersom de møter motgang og skuffelser, tror de at alt går galt, at deres lodd i livet er hardere enn alle andres, og at de ganske sikkert kommer til å lide nød. På denne måten fører de elendighet over seg selv og kaster en skygge på alle omkring seg. Selv livet blir en byrde for dem. Men slik behøver det ikke være. Det vil koste dem bevisste anstrengelser for å få tankene inn på nye spor, men det er mulig med en slik forandring. Deres lykke både i dette livet og i det kommende er avhengig av at de fester blikket på det som er lyst og oppmuntrende. De må slutte å se på det mørke bildet, som allikevel bare er innbilt, men feste blikket på de velsignelsene Gud bar strødd på deres sti helt fram mot det usynlige og evige. {HOL 192.1}

Gud har sørget for hjelp til hver eneste prøve. Da Israel under ørkenvandringen kom til Maras bitre vann, ropte Moses til Herren. Gud gav dem ikke noe nytt legemiddel, men gjorde dem oppmerksomme på det som allerede var for hånden. En busk han hadde skapt, skulle kastes i ilden for at vannet skulle bli rent og friskt. Da dette var gjort, drakk folket av vannet og ble forfrisket. Dersom vi søker Kristus, vil han hjelpe oss i enhver prøvelse. øynene våre vil bli åpnet for de løfter om helbredelse som er skrevet ned i hans ord. Den Hellige Ånd vil lære oss hvordan vi kan gjør oss nytte av enhver velsignelse som kan være motgift mot sorg. Vi kan finne en legende gren mot enhver bitter drikk som blir løftet opp mot våre lepper. {HOL 192.2}

Ingen behøver å gi etter for mismot og fortvilelse. Det kan hende at Satan kommer til deg med sine onde antydninger som: «Du er et håpløst tilfelle. Du er helt fortapt.» Men det er håp for deg i Kristus. Gud krever ikke at vi skal vinne seier i egen styrke, men han ber oss om å komme tett inn til ham. Samme hvilke vanskeligheter som gjør vår sjel og vårt legeme tungt, så ønsker han å sette oss fri. {HOL 193.1}

Han som tok på seg menneskets natur, forstår å ha sympati med mennesker i deres lidelser. Det er ikke bare det at Kristus kjenner hver eneste sjel og de behov og prøvelser hver enkelt har, men han kjenner også enhver omstendighet som plager og gjør det vanskelig for oss. Hans hånd er strakt ut i øm medfølelse til alle av hans barn som lider. De som lider mest, er gjenstand for hans største medynk og sympati. Han har medlidenhet med oss i våre skrøpeligheter, og han ønsker at vi skal legge alle sorger og bekymringer ned ved hans føtter og la dem bli der. {HOL 193.2}

Det er ikke klokt av oss å se på oss selv og dvele ved våre egne følelser. Dersom vi gjør det, kommer fienden til oss med vanskeligheter og fristelser som svekker troen og tar motet fra oss. Å være opptatt av vårt eget indre og gi etter for egne følelser er det samme

som å nære tvil, og det vil bare føre oss ut i vanskeligheter. Vi må se bort fra oss selv og feste blikket på Jesus. {HOL 193.3}

Når fristelser kommer over deg, når bekymring, uro og mørke synes å omslutte sjelen din, så søk det stedet du sist så lyset. Hvil i Kristi kjærlighet og under hans beskyttende omsorg. Når synden kjemper om herredømmet i hjertet, når syndeskylden tynger sjelen og trykker samvittigheten, når uro formørker sinnet, så husk da at Kristi nåde er nok til å underkue synden og drive mørket på flukt. Når vi går i samfunn med Frelseren, kommer vi inn på fredens enemerker. {HOL 193.4}

Løfter om helbredelse

«Herren forløser sine tjeneres sjel. Ingen av dem som tar sin tilflukt til ham, dømmes skyldig.» Sal 34:23. «Den som frykter Herren, har et sterkt vern, og for hans barn skal Herren være en tilflukt.» Ord 14:26. «Sion sa: Herren har forlatt meg, Herren har glemt meg. Glemmer vel en kvinne sitt diende bam. så hun ikke forbarmer seg over sitt livs sønn? Om også de glemmer, så glemmer ikke jeg deg. Se, i begge mine hender har jeg tegnet deg.» Jes 49:14-16. {HOL 194.1}

«Frykt ikke, for jeg er med deg! Se deg ikke engstelig om, for jeg er din Gud! Jeg styrker deg og hjelper deg og holder deg oppe med min rettferds høyre hånd.» . Jes 41: 10. «Hør på meg... dere som har lagt på meg fra mors liv, som jeg har båret fra mors kjød! Like til deres alderdom er jeg den samme, og til dere får grå hår, vil jeg fremdeles løfte dere, jeg vil bære og redde dere.» Jes 46:3,4. {HOL 194.2}

Ikke noe virker mer positivt for kroppslig og sjelelig helse enn å være glad og takknemlig. Det er ikke annet enn vår plikt å bekjempe melankolske og utilfredse tanker og følelser - på samme måte som det er vår plikt å be. Hvordan kan vi som har himmelen som vårt mål, gå fram som en sørgende flokk og klage og sukke på vei mot vår Fars hus? {HOL 194.3}

Bekjennende kristne som stadig klager og synes å mene at det er synd å være glad og lykkelig, har ingen.sann religion. De som finner det godt å være sørgmodige over alt som er trist i naturen, som heller vil se på de døde plantene enn å plukke de vakre, levende blomstene, som ikke kan se noe vakkert i de mektige fjellene og dalene som er kledd i levende grønt, som lukker ørene for den herlige stemmen som taler til dem i naturen. og som er nydelig musikk for dem som lytter - slike mennesker er ikke i Kristus. De samler på tristhet og mørke istedenfor lys, ja, Rettferdighetens Sol som går opp med legedom under sine vinger. {HOL 194.4}

Det kan ofte skje at sinnet ditt blir formørket på grunn av smerte. Da skal du ikke tenke på dette. Du vet at Jesus elsker deg. Han forstår din svakhet. Du kan gjøre hans vilje ved bare å hvile i hans armer. {HOL 195.1}

Det er en naturlov at våre tanker og følelser blir sterkere og lysere når de får lov å komme til uttrykk. Ord uttrykker tanker, men det er også sant at tanker følger ord. Dersom vi ville gi mer uttrykk for vår tro og glede oss mer over de velsignelsene vi har fått - Guds store nåde og kjærlighet - så ville vi få mer tro og større glede. Ingen tunge kan gi uttrykk for og ikke noe menneske kan fatte hvilken velsignelse det ligger i å prise Guds godhet og kjærlighet. Allerede her på jorden kan vår glede være en kilde som aldri svikter, fordi den står i forbindelse med de vannstrømmer som flyter ut fra Guds trone. {HOL 195.2}

La oss i neste omgang venne våre hjerter og lepper til å prise Gud for hans umåtelige kjærlighet. La oss lære vår sjel til å gripe fatt i håpet og hvile i det lyset som skinner fra Golgatas kors. Vi må aldri glemme at vi er barn av den himmelske konge, sønner og døtre av hærskarenes Gud. Det er vår forrett å kunne ha en fast tillit til Gud. {HOL 195.3}

«La Kristi fred råde i hjertene deres! ... Og vær takknemlige!» Kol 3:15. La oss glemme våre egne vanskeligheter og bekymringer og prise Gud for de mulighetene vi har til å leve til hans navns ære. La hver ny dags velsignelse vekke takknemlighet i våre hjerter for alle bevis på hans kjærlige omsorg. Når du åpner øynene om morgenen, skal du takke Gud for at han har bevart deg gjennom natten. La din takknemlighet stige opp til himmelen som søt parfyme både morgen, middag og kveld. {HOL 196.1}

Når noen spør deg om hvordan du har det, skal du ikke prøve å tenke på noe sørgelig du kan fortelle dem for å vekke sympati. Snakk ikke om din mangel på tro eller om dine sorger og lidelser. Fristeren gleder seg når han hører slike ord. Det er ham du forherliger når du snakker om det som er trist. Vi skal ikke dvele ved Satans store makt til å overvinne oss. Ofte overgir vi oss i hans hender bare ved å snakke om hans makt. Nei, la oss heller tale om Guds store makt til å bringe oss i harmoni med ham. Fortell om Kristi enestående kraft, og tal om hans herlighet. Hele himmelen er interessert i vår frelse. Guds engler, tusen ganger tusen og titusen ganger titusen, har fått i oppgave å tjene dem som skal arve frelsen. De verner oss mot alt som er ondt og jager bort mørkets makter som prøver å ødelegge oss. Har vi ikke grunn til å være takknemlige hvert eneste øyeblikk, selv om det tilsynelatende er vanskeligheter på vår sti? {HOL 196.2}

Lovsang

La takk og lovprisning komme til uttrykk gjennom sang. Når vi blir fristet, skal vi ikke gi uttrykk for hva vi føler, men isteden stemme i en lovsang til Gud. {HOL 196.3}

Han lever igjen

(fra Salmer og Lovsange, Kristiania 1924, nr. 203.)
Vi lover deg, Gud, for din enbårne Sønn, for Jesus som døde og oppstod igjen.

Kor: Halletuja, syng hans ære: halleluja, amen! Halleluja, syng hans ære: han lever igjen.
Vi lover deg, Gud, for din kjærlighet stor,
For din Sønn, som med fryd til din trone oppfor
All ære og pris til Guds slaktede lam;
Nå vi lever og seirer og oppstår med ham.
All ære og pris til Gud Fader: han gav
oss sin elskede Sønn, som opplader vår grav.
For oss han er død, og for oss han oppstod, livets fyrste oss nådig til livet innlot.
Oppliv oss igjen med din nåde så mild;
la vår sjel bli oppfylt med din kjærlighets ild! {HOL 196.4}

Sang er et våpen vi alltid kan bruke mot mismot. Når vi på den måten åpner hjertet for lyset fra Frelseren, får vi del i hans velsignelse og legedom. {HOL 197.1}

«Pris Herren, for han er god. hans miskunn varer til evig tid! Så skal de si, de som Herren har gjenløst, de som han har forløst av nødens hånd.» {HOL 197.2}

«Syng for ham, lovsyng ham, tal om alle hans under' Ros dere av hans hellige navn! La dem som søker Herren, glede seg i sitt hjerte.» {HOL 197.3}

«For han mettet den tørstende sjel, han fylte den hungrende sjel med godt. De satt i mørke og dødsskygge, bundet i elendighet og jern, fordi de hadde vært gjenstridige mot Guds ord og foraktet Den Høyestes råd. Derfor bøyde han deres hjerter ved lidelse, de snublet, det fantes ikke noen hjelper. Da ropte de til Herren i sin nød, av deres trengsler frelste han dem. Han førte dem ut av mørke og dødsskygge og rev i stykker deres bånd. De priste Gud for hans miskunn og for hans undergjerninger mot menneskenes barn.» {HOL 197.4}

«Hvorfor er du,nedbøyd, min sjel? Hvorfor bruser du i meg? Vent på Gud! For ennå skal jeg prise ham, mitt åsyns frelse og min Gud.» Sal 107:1,2: 105:2,3; 107:9-15; 42:12. {HOL 197.5}

«Takk for alt! For dette er Guds vilje for dere i Kristus Jesus.» l Tess 5: 18. Denne befalingen er en forsikring om at til og med slike ting som tilsynelatende er imot oss, kan tjene oss til det gode. Gud ville ikke forlange av oss at vi skal være takknemlige for det som vil skade oss. {HOL 198.1}

«Herren er mitt lys og min frelse, hvem skulle jeg frykte? Herren er mitt livs vern, hvem skulle jeg engstes for? ... For han gjemmer meg i sin hytte på den onde dag. han skjuler meg i sitt skjermende telt. På en klippe fører han meg opp. Nå løfter jeg mitt hode høyt over mine fiender rundt omkring meg. jeg vil ofre jubeloffer i hans telt, jeg vil synge og lovsynge for Herre.» «Jeg venter, ja ventet på Herren. Da bøyde han seg til meg og

hørte mitt rop. Han drog meg opp av fordervelsens grav, av den dype gjørmen. Han satte mine føtter på en klippe, han gjorde mine trinn faste. Han la i min munn en ny sang, en lovsang for vår Gud.» «Herren er min styrke og mitt skjold. Til ham har mitt hjerte satt sin lit, og jeg blir hjulpet. Derfor fryder mitt hjerte seg, og jeg vil prise ham med min sang.» Sal 27: 1,5,6; 40:2-4: 28:7. {HOL 198.2}

En av de sikreste hindringene for at syke kan komme seg, er at de er opptatt av seg selv. Mange pasienter mener at alle andre bør vise dem sympati og hjelpe dem, mens det de trenger er å få vendt oppmerksomheten bort fra seg selv og heller tenke på andre og ha omsorg for dem. {HOL 198.3}

Det blir ofte bedt for dem som lider, har sorg og er mismodige, og slik skal det være. Vi må be om at Gud vil sendte lys inn i mørke sinn og trøste sorgtunge hjerter. Men Gud besvarer bønner som blir sendt opp fra dem som stiller seg der hvor hans velsignelser flyter. Samtidig som vi ber for de sorgtunge, bør vi oppmuntre dem til å prøve å hjelpe dem som er verre stilt enn dem selv. Mørket vil bli drevet bort fra deres egne hjerter når de prøver å hjelpe andre. Når vi søker å trøste andre med den trøst vi selv er blitt trøstet med, vender velsignelsene tilbake til oss selv. {HOL 198.4}

Det 58. kapittel hos Jesaja gir oss en resept på den medisin som vil lindre både kroppslige og sjelelige sykdommer. Dersom vi ønsker helse og sann livsglede, må vi rette oss etter de reglene som er gitt i dette skriftordet. Om den tjenesten som han kan godta, og om de velsignelser som følger med den, sier Herren: {HOL 199.1}

«Er det ikke dette at du bryter ditt brød til den som sulter og lar hjemløse stakkarer komme i hus - når du ser en naken, at du da kler ham, og at du ikke drar deg bort fra dem som er av ditt eget kjøtt og blod? Da skal ditt lys bryte fram som morgenrøden, og din legedom snart spire fram. Din rettferdighet skal stå fram for ditt åsyn, og Herrens herlighet skal danne din baktropp. Da skal du påkalle Herren, og han skal svare. Da skal du rope. og han skal si: Se, her er jeg! Når du får bort hvert åk iblant deg og lar være å peke finger og tale ondt, når du tar fram til den sultne det som du selv har lyst til, og metter den lidende sjel, da skal ditt lys opprinne I mørket og din natt skal bli som midt på dagen. Herren skal lede deg hele tiden. Han skal mette deg midt i ødemarken. og dine ben skal han styrke. Du skal bli som en vannrik hage, som et kildevell der vannet aldri svikter.» Jes 58:7-11. {HOL 199.2}

Det ligger en dobbel velsignelse i å gjøre Guds gjerninger, for de gagner både den som gir og den som tar imot. Bevisstheten om å gjøre det som er rett er den beste medisin for syke kropper og sinn. Når vi kjenner oss fri og lykkelig til sinns på grunn av vel utførte plikter og tilfreds fordi vi har brakt lykke til andre, så vil denne oppmuntrende og oppløftende innflytelsen bringe nytt liv til hele ens vesen. {HOL 199.3}

Den syke må lære seg å vise sympati istedenfor alltid å kreve sympati fra andre. Legg byrden av din egen svakhet, din sorg og din smerte på vår medlidende Frelser. Lukk ditt hjerte opp for hans kjærlighet, og la den strømme ut til andre. Husk at alle har prøvelser som er tunge å bære, fristelser som er vanskelige å motstå; og du må gjøre noe for å lette disse byrdene. Uttrykk takknemlighet for de velsignelsene du tar imot, og vis begeistring for den oppmerksomheten som blir vist deg. La hjertet være fylt av Guds dyrebare løfter, slik at du kan gå til dette skattkammeret og hente ord som kan være til trøst og styrke for andre. Da vil du være omgitt av en atmosfære som vil hjelpe og oppmuntre andre. La det være ditt mål å bringe velsignelse til dem du omgås, så vil du nok finne anledninger til å hjelpe både din egen familie og andre. {HOL 199.4}

Dersom de som har dårlig helse, ville glemme seg selv av interesse for andre, dersom de ville oppfylle Herrens befaling om å tjene dem som ,er verre stilt enn dem selv, ville de forstå hvor sant det profetiske løftet er: «Da skal ditt lys bryte fram som morgenrøden, og din legedom snart spire fram.» {HOL 200.1}

Salige visshet

Salige visshet, Jesus er min!
Å, hvilken glede oppfyller mitt sinn! Arving til levet, frikjøpt i Gud,
født av Guds Ånd - all synd slettet ut!
Kor: Dette skal evig være min sang,
lyde den skal med frydefull klang: salige visshet, Jesus er min,
han meg forløste, kjøpte som sin!
Helt med min frelser, allting er vel, glede og lovsang nå fyller min sjel. himmelens engler bringer fra Gud
trøst og oppmuntring, kjærlighets bud.
Herlige forrett! Lov Herrens navn! Fullkommen hvile i Frelserens favn! ventende ser jeg hen til Guds Sønn. Snart han meg bringer salighets lønn.
Fanny J. Crasby {HOL 200.2}

Kapitel 19 - I Guds frie natur

Skaperen valgte for våre første foreldre omgivelser som var de aller beste for deres helse og lykke. Han plaserte dem ikke i et palass og omgav dem heller ikke med kunstig pynt og luksus, som så mange i vår tid strever for å skaffe seg. Han gav dem et sted hvor de kunne være i när kontakt med naturen og i nært samfunn med himmelens hellige vesener. {HOL 201.1}

I den hagen som Gud gav sine barn å bo i, kunne de se nydelige busker og herlige blomster hvor de enn snudde seg. Der var trær av alle slag, og mange av dem bugnet av duftende og velsmakende frukt. I grenene sang fuglene sine lovsanger, og i ly av trærnes skygger lekte jordens skapninger sammen uten frykt for noe. {HOL 201.2}

I sin rene uskyld frydet Adam og Eva seg over alt de så og hørte i Eden. Gud gav dem arbeid i hagen og satte dem «til å dyrke og vokte den. 1M 2:15. Det arbeidet de utførte gjorde dem glade og friske, og det lykkelige paret ønsket Skaperen velkommen, som når han gikk og talte med dem mot slutten av dagen. Hver dag hadde Gud noe han ville lære dem. {HOL 201.3}

De livsregler Gud gav våre første foreldre, inneholder en lekse for oss. Selv om synden har kastet sin skygge over jorden, så ønsker Gud at hans barn skal finne glede i hans henders gjerninger. {HOL 201.4}

Jo mer nøye vi følger den planen han har lagt, desto mer vidunderlig vil han virke for å gjenopprette det som var hensikten for den lidende menneskeheten. Syke bør komme i nærmere kontakt med naturen. Et liv i friluft i naturlige omgivelser kan virke mirakuløst for mange hjelpeløse og nesten håpløse pasienter. {HOL 202.1}

Den støy og uro og forvirring som finnes i byene, og det kunstige livet der virker absolutt slitsomt og nedbrytende på syke mennesker. Luften er fylt av røyk og støv, giftig forurensning og bakterier som bryter ned helsen. De syke er for det meste lukket inne bak fire vegger og føler seg nesten som fanger på rommene sine. Utsikten deres er hus, gater og travle mennesker, uten nesten et eneste glimt av blå himmel, sol, gress, blomster eller trær. Når de er innesperret på denne måten, nører de opp om sine lidelser og bekymringer, og de blir et bytte for sine egne triste tanker. {HOL 202.2}

De som har en svak moralsk styrke, møter mange farer i byene. Pasienter som har unaturlige lyster å kjempe mot, møter stadig fristelser. De burde få lov å komme i nye omgivelser, hvor deres tanker kunne bli snudd i en annen retning og komme under en helt annen innflytelse enn de som har ødelagt livet deres. La dem for en tid komme bort fra slike påvirkninger som har ført dem bort fra Gud, og led dem heller inn i en renere atmosfære. {HOL 202.3}

Institusjoner for syke ville utrette mer om de ble lagt utenfor byene. Og alle som ønsker å bli friske, burde prøve å komme i landlige omgivelser hvor de kan dra nytte av friluftsliv. Naturen er Guds lege. Den rene luften, det herlige solskinnet, blomstene og trærne, frukttrærne og bærbuskene og det å få lov å være i slike omgivelser gir liv og helse. {HOL 202.4}

Leger og sykepleiere bør oppmuntre pasientene sine til å være mye ute i det fri. Et utendørsliv er den eneste medisinen mange pasienter trenger. Det har en utrolig evne til å helbrede sykdommer som skriver seg fra stress og et overdrevent kunstig liv, et liv som svekker og ødelegger kroppens, sinnets og sjelens krefter. {HOL 202.5}

Den fred som finnes ute på landet, virker beroligende for de syke som er trøtte av livet i byene; med flimringen fra mange lys og støy fra gatene. Entusiastisk vil de vende seg mot naturens under. De vil være glad for å kunne sitte ute i frisk luft, juble over solskinnet og puste inn duften fra trær og blomster. Det ligger livgivende egenskaper i grantreets, sederens og furuas balsam, og også andre trær har egenskaper som virker positivt inn på helsen. {HOL 202.6}

For de kronisk syke er det ikke noe som er mer med på å bygge opp helse og lykke enn et liv i pene, landlige omgivelser. Her kan de mest hjelpeløse sitte eller ligge i solskinnet eller i skyggen av trærne. Det er bare å åpne øynene, så kan de se det vakre løvet som henger over dem. De får en forfriskende følelse av ro når de lytter til vindens stille sus. Nedslått mot våkner til liv, og tapt styrke blir gjenvunnet. Ubevisst blir sinnet fylt med fred, og pulsen blir rolig og regelmessig. Etter hvert som de syke blir friske, vil de våge å ta noen få steg for å plukke noen av de vakre blomstene, Guds dyrebare vitnesbyrd om den kjærlighet han har til sin lidende familie her nede. {HOL 203.1}

Vi burde legge forholdene til rette slik at pasienter kan oppholde seg utendørs. De som er i stand til å arbeide, bør få noe lett og lystbetont å henge fingrene i. Vis dem hvor godt og nyttig slikt arbeid ute i friluft er. Få dem til å puste inn den friske luften. Lær dem å puste dypt inn og å bruke musklene i mellomgulvet både når de puster og snakker. Dette vil være av uvurderlig betydning for dem. {HOL 203.2}

Mosjon ute i friluft burde bli foreskrevet som livsnødvendig. Og i denne forbindelsen er det ikke noe som er bedre en å dyrke jorda. Gi pasientene ansvaret for å stelle noen blomsterbed, eller la dem arbeide i frukthagen eller i grønnsakåkeren. Når de blir oppmuntret til å forlate rommene sine for å bruke tiden ute i det fri ved å stelle blomster eller gjøre noe annet lett og lystbetont arbeid, får de vendt sin oppmerksomhet bort fra seg selv og sine egne lidelser. {HOL 203.3}

Jo mer en pasient kan bruke tiden utendørs, desto mindre pleie trenger han. Jo lysere hans omgivelser er, desto større håp vil han fatte. Dersom han blir innestengt i et værelse,

samme hvor elegant og pent møblert det måtte være, så vil han bli gretten og sær. Men dersom han blir omgitt av alt det vakre i naturen, slik at han kan se blomstene og høre fuglesangen, så vil han juble ut i harmoni med fuglenes sang. Både kropp og sinn vil ha godt av dette. Intellektet vil våkne, tankene vil friskne til, og sinnet vil bli beredt til å sette pris på det vakre i Guds ord. {HOL 203.4}

I naturen finnes alltid noe som kan vende de sykes oppmerksomhet bort fra dem selv til Gud. Når de er omgitt av Guds skaperverk, vil tankene deres bli løftet opp fra det synlige til det usynlige. Det vakre i naturen vi få dem til å tenke på det himmelske hjem, hvor ingenting vil ødelegge det vakre, ingenting vil bli skadet eller ødelagt, ingenting vil bli sykt eller dø. {HOL 204.1}

Leger og sykepleiere må lære seg å trekke ut av naturen lærdommer fra Gud. Fortell pasienten om ham som har skapt de høye trærne, gresset og blomstene, og hjelp dem til å se i hver knopp og hver blomst et uttrykk for hans kjærlighet til sine barn. Han som sørger for fuglene og blomstene, vil også ta vare på dem som er skapt i hans eget bilde. {HOL 204.2}

Det er utendørs, der hvor vi er omgitt av alt det Gud har skapt, og der hvor vi kan puste inn den friske, livgivende luften, at vi best kan fortelle de syke om det nye livet i Kristus. Der kan vi lese i Guds ord. Der kan Kristi rettferdighets lys skinne inn i hjerter som er formørket av synd. {HOL 204.3}

Menn og kvinner som trenger fysisk og åndelig helbredelse, vil på denne måten bli brakt i kontakt med slike som gjennom sine ord og handlinger vil dra dem til Kristus. Vi må føre dem inn under Den Store Misjonslegens innflytelse, han som kan gjøre både sjel og legeme friskt. Vi må la dem få høre sannheten om Frelserens kjærlighet, om den tilgivelsen som tilbys fritt til alle dem som kommer til ham og bekjenner sine synder. {HOL 204.4}

Under en slik påvirkning vil mange lidende mennesker bli ledet inn på livets vei. Himmelske engler samarbeider med jordiske redskaper for å bringe mot, håp, glede og fred inn i de sykes og lidendes sinn. Under slike forhold blir de syke dobbelt velsignet, og mange blir friske. Svake bein får sin spenstighet tilbake, øyne blir klare igjen, og de håpløse fatter håp. De ansiktene som tidligere var triste, får et uttrykk av glede over seg. All klage må vike for glede og tilfredshet. {HOL 205.1}

Etter hvert som den fysiske helsen blir gjenvunnet, blir menn og kvinner bedre i stand til å utøve den tro på Kristus som er nødvendig for en sunn sjel: Bevisstheten om at ens synder er tilgitt, gir en ubeskrivelig fred, ro og glede. Den kristne som tidligere hadde et formørket håp, ser nå lyset. Ordene uttrykker troen: «Gud er vår tilflukt og vår styrke, en hjelp i trengsler, funnet overmåte stor.» «Om jeg enn skulle vandre i dødsskyggens dal,

frykter jeg ikke for ondt. For du er med meg, din kjepp og din stav, de trøster meg.» «Han gir den trette kraft, og den som ingen krefter har, gir han stor styrke.» {HOL 205.2}

HELSEPRINSIPPER

Uten kunnskap om helseprinsipper er vi ikke skikket til å ta livets ansvar. {HOL 206.1}

Kapitel 20 - Alminnelig helselære

Bevisstheten om at mennesket skal være et tempel for Gud og en bolig hvor hans herlighet kan bli åpenbart, burde gi oss den aller største motivasjon for å pleie og utvikle våre fysiske evner. Skaperen har dannet mennesket mer vidunderlig enn vi kan fatte, og han byr oss å sette oss inn i hvordan vi er, forstå våre egne behov og gjøre det vi kan for å unngå å skade og ødeleggelse oss selv. {HOL 206.2}

Blodsirkulasjonen

For å ha god helse må vi ha friskt blod, for blodet er selve livsstrømmen. Gjennom det blir nedbrutt vev bygget opp og kroppen blir tilført næring. Når blodet er riktig sammensatt og det blir renset og fornyet.ved at det blir tilført frisk luft, bringer det liv og energi til alle deler av kroppen. Jo mer fullkomment blodomløpet er, desto bedre vil dette arbeidet bli utført. {HOL 206.3}

Ved hvert pulsslag bør blodet hurtig finne veien til alle deler av kroppen. Vi må ikke hindre blodet i sitt kretsløp ved å bruke stramme bånd eller klær eller ved å unnlate å kle kroppsdeler tilstrekkelig. Alt som hindrer blodomløpet tvinger det tilbake til de mer sentrale organene, og resultatet blir overbelastninger som vil komme til uttrykk gjennom hodepine, hoste, hjerteklapp eller fordøyelsesbesvær. {HOL 206.4}

Åndedrettet

For å ha friskt blod må vi puste riktig. Ved å trekke pusten så dypt vi kan og fylle lungene med oksygen, blir blodet renset. Det vil få en frisk farge og sende en livgivende strøm til alle deler av kroppen. Riktig åndedrett virker beroligende på nervene, stimulerer appetitten, fremmer fordøyelsen og gir en sunn og god søvn. {HOL 207.1}

Lungene må få lov til å arbeide mest mulig fritt, slik at de kan utvikle sin yteevne. De vil bli hemmet ved å være utsatt for trykk, noe vi kan se uheldige følger av hos folk med stillesittende arbeid hvis de har for vane å sitte foroverbøyd når de arbeider. I denne stillingen er det umulig å puste riktig. Snart blir det en vane å puste overfladisk, og lungene mister evnen til å utvide seg. En lignende virkning har det når man snører til rundt overkroppen. Den underste delen av brystkassen får ikke plass nok, musklene i underlivet, som skulle hjelpe til med åndedrettet, får ikke full frihet, og lunge virksomheten blir hindret. {HOL 207.2}

På denne måten blir det ikke tilført nok oksygen. Blodet beveger seg tregt. De giftige avfallsstoffene som skulle ha blitt utskilt gjennom lungene, blir holdt tilbake, og blodet blir urent. Dette virker ikke bare på lungene, men også på magen, leveren og hjernen. Huden blir gusten, fordøyelsen dårlig og hjertet svekket. Hjernen blir omtåket, tankeevnen svekket og humøret synker. Hele organismen blir slapp og uvirksom, samtidig som den blir lett mottakelig for sykdom. {HOL 207.3}

Lungene utskiller hele tiden urene stoffer, og derfor må de stadig bli tilført frisk luft. Uren luft inneholder ikke tilstrekkelig oksygen, og blodet blir ført til hjernen og andre organer uten å ha blitt renset først. Derfor er det alltid nødvendig med frisk luft. Hele systemet svekkes når en oppholder seg i avstengte rom med dårlig ventilasjon, hvor luften er stillestående og uren. {HOL 207.4}

Da blir vi særlig følsomme for kulde, og vi har lett for å bli syk om vi bare i liten grad blir utsatt for kald luft. Mange kvinner blir bleke og svake av å være for mye innendørs. De puster hele tiden inn den samme luften inntil den er fylt med giftstoffer som blir skilt ut gjennom lungene og porene i huden. På denne måten føres avfallstoffer tilbake til blodet. {HOL 208.1}

Frisk luft og sollys

Når man oppfører bygninger, enten offentlige eller private, bør man omhyggelig sørge for god ventilasjon og rikelig med sollys. Kirker og skoler har ofte store mangler i så måte. Mangel på skikkelig ventilasjon må ta skylden for at mange blir trøtte og sløve under gudstjenestene, og det gjør også at lærerens arbeid blir for slitsomt og lite effektivt på skolen. {HOL 208.2}

Så langt det er mulig burde alle hus hvor mennesker skal bo, bli plassert på høye steder hvor det er god drenering. Det vil gjøre husene gode og tørre, og en unngår fare for sykdommer pågrunn av fuktighet. Som regel tar en for lite hensyn til dette. Stadig dårlig helse, alvorlige sykdommer og mange dødsfall skyldes fuktighet og usunn luft i hus med feil beliggenhet. {HOL 208.3}

Når en bygger hus, skal en særlig sørge for god ventilasjon og rikelig med sollys. La det være frisk luft i alle rom, og se til at de er vendt slik at de får mest mulig sol. Soverommene bør ligge slik at de kan luftes både dag og natt. Ikke noe rom egner seg som soverom om det ikke hver dag kan få sol og frisk luft. I de fleste land burde soverommet kunne oppvarmes så det kan holdes tørt og varmt i fuktig og kaldt vær. {HOL 208.4}

En burde være like nøye med å innrette gjesteværelset som de rommene som er til daglig bruk. Som de andre soverommene bør det ha frisk luft og sol, og det bør også kunne oppvarmes slik at den fuktigheten som alltid samler seg i rom som ikke blir brukt,

kan tørke. Den som sover i et solfattig værelse, eller legger seg i en seng som ikke er fullstendig tørr og utluftet, gjør det med fare for helsen og ofte med fare for livet. {HOL 208.5}

Mange som bygger er svært nøye med å sørge godt for planter og blomster. Drivhuset eller vinduskarmen er varm og solrik, for uten varme, luft og sol kan ikke plantene trives. Men hvis dette er viktig for plantene, hvor mye større betydning har det da ikke for vår egen og våre gjesters helse! {HOL 209.1}

Dersom vi vil at hjemmet vårt skal være et sted hvor helse og lykke trives, må vi bygge det langt unna fuktige og usunne steder og heller der hvor de livgivende kreftene fra himmelen har fri adgang. Fjern tunge og store gardiner. Ta bort skoddene og lukke vinduene opp. La ikke trær og planter, hvor vakre de enn måtte være, stå så tett innpå huset at sollyset blir stengt ute. Det kan nok hende at tapet og gulvtepper falmer, og at rammer og møbler mister noe av glansen, men til gjengjeld får barna røde og friske kinn. {HOL 209.2}

De som har eldre mennesker å pleie, bør huske at disse på en særlig måte trenger varme, komfortable rom. Livskraften blir svakere etter hvert som årene går, og de får mindre motstandskraft overfor usunne forhold. Derfor er det svært viktig at de eldre får rikelig med sol og frisk, ren luft. {HOL 209.3}

Både den fysiske og den mentale helsen er avhengig av at man er strengt renslig. Huden utskiller hele tiden avfallstoffer fra kroppen, og de mange millioner porer i huden blir snart tilstoppet dersom den ikke blir holdt ren ved at vi bader regelmessig. Da vil de urene stoffene som skulle vært utskilt gjennom huden, bli en ekstra byrde for de andre utskillelsesorganene. {HOL 209.4}

De fleste ville ha godt av et kjølig eller lunkent bad hver dag, enten morgen eller kveld. Et bad som blir tatt på rette måten, vil ikke øke faren for forkjølelse, men tvert imot herde, fordi det i høy grad stimulerer blodomløpet. Blodet kommer ut i huden, og det strømmer lettere og mer regelmessig gjennom kroppen. Det virker oppkvikkende på både kropp og sjel. Musklene vil bli smidige og tankene klarere. Badet virker beroligende på nervene. Det virker heldig på magens, tarmens og leverens virksomhet fordi det styrker disse organene, samtidig som det fremmer fordøyelsen. {HOL 209.5}

Det er også viktig at klærne blir holdt rene. De suger opp avfall stoffer som blir skilt ut gjennom porene i huden. Dersom klærne ikke blir skiftet og vasket, vil urenhetene blir sugd opp i kroppen igjen. {HOL 210.1}

All slags urenhet fører til sykdom. Dødbringende basiller trives i mørke, forsømte kroker, i avfalldynger, i fuktighet, mugg og spindelvev. Vi må ikke la rester av planter eller hauger av blader fra trærne ligge og råtne så nær huset at luften blir forgiftet. Vi bør

ikke godta at noe urent eller noe som holder på å råtne, får lov å ligge innenfor hjemmets grenser. I byer som har vært kjent for sin gode helsetiIstand, har man kunnet spore epidemier tilbake til noe som en eller annen ubetenksom husmor har latt ligge og slenge rundt huset for å råtne. Dersom vi skal unngå sykdom og være glade og livskraftige, er det nødvendig at vi i hjemmet er fullkomment renslig, får rikelig med sol og tar nøye hensyn til alle sanitære regler. {HOL 210.2}

Kapitel 21 - Helse blant israelittene

Da Gud underviste israelittene, la han stor vekt på hvordan de skulle ta vare på helsen sin. Folket, som var kommet ut fra slaveriet med de urene og usunne vanene som det medførte, måtte gjennom en svært grundig opplæringen i ørkenen før de gikk inn i Kanaan. De fikk undervisningen om helseprinsipper, og det ble gjennomført forskjellige sanitære lover. {HOL 211.1}

Forebyggende medisin

Ikke bare i deres gudsdyrkelse, men i alt de foretok seg til daglig, ble det satt et skille ,mellom rent og urent. Alle som kom i berøring med smittsomme sykdommer, ble utestengt fra leiren, og de fikk ikke tillatelse til å vende tilbake uten at både de selv og klærne deres var blitt grundig renset. Når noen var blitt rammet av en smittsom sykdom, gjaldt følgende bestemmelse: {HOL 211.2}

«Hvert leie som den som har utflod, ligger på, skal være urent, og alt det han sitter på, skal være urent. Den som røre ved hans leie, skal vaske sine klær og bade seg i vann og være uren til om kvelden. og den som setter seg på noe som den som hadde utflod, satt på, han skal vaske sine klær og bade seg i vann og være uren til om kvelden. Den som rører ved den sykes legeme, skal vaske sine klær og bade seg i vann og være uren til om kvelden. ... Hver den som rører ved noe av det han har under seg, skal være uren til om kvelden. Og den som bærer det bort, skal vaske sine klær og bade seg i vann og være uren til om kvelden. Dersom den som har utflod, rører ved noen, uten at han først har skyllet hendene i vann, da skal den han rørte ved vaske sine klær og bade seg i vann og være uren til om kvelden. Et leirkar som den som har utflod rører ved, skal brytes i stykker, og hvert trekar skal skylles i vann.» 3M 15:4-12. {HOL 211.3}

Den loven som omhandlet spedalske gir også et eksempel på hvor grundig disse forskriftene skulle gjennomføres:, {HOL 212.1}

«Han skal være uren hele den tid han har sykdommen. Uren er han, han skal bo for seg selv, hans bolig skal være utenfor leiren. Når det kommer spedalskhet på et klesplagg av ull eller lin, eller noe som er vevd eller strikket av lin eller av ull eller på skinn eller på noe som er gjort av skinn, og flekkene på klesplagget eller på skinnet eller på det som er vevd eller strikket eller noe som er vevd eller strikket eller på noe som er gjort av skinn, er grønnlige eller rødlige, da er det spedalskhet. Det skal vises fram for presten. Når presten har sett på flekkene, skal han holde det som flekkene er på, innelåst i sju dager. Dersom han den sjuende dagen ser at flekkene har spredt seg ut på klesplagget eller på det som er vevd eller strikket eller på skinnet eller på noe som er gjort av skinn, da er det ondartet spedalskhet, det er urent. Enten det er klesplagget eller det som er vevd eller strikket av ull eller av lin eller noe som er gjort av skinn» hva det nå kan være, så skal det

som flekkene er på, brennes opp. Det er ondartet spedalskhet, det skal brennes opp med ild.» 3M 13:46-52. {HOL 212.2}

På samme måte skulle også et hus ødelegges dersom det viste seg at det kunne være farlig å bo der. Prestene skulle «rive huset ned, både steinene og treverket og all leiren, og føre det til et urent sted utenfor byen. Den som går inn i huset under den tid det holdes låst, skal være uren til om kvelden. Og den som ligger i huset, skal vaske sine klær, og den som eter i huset, skal vaske sine klær.» 3M 14:45-47. {HOL 212.3}

Renslighet

Det ble gitt forskrifter om personlig renslighet på en utvetydig måte. Før folket ble samlet ved Sinai-fjellet for å lytte til at Gud med sin egen stemme skulle lese opp loven for dem, ble det forlangt av folket at de skulle vaske både seg selv og sine klær. Dette påbudet ble gjennomført under trussel av dødsstraff. Ikke noe som var urent kunne tolereres i Guds nærhet. {HOL 213.1}

Under ørkenvandringen holdt israelittene seg nesten hele tiden ute i det fri, hvor noe urent ikke ville ha samme virkning på dem som om de bodde i tette hus. Men det ble satt strenge krav til renslighet både inni og utenfor teltene. Ikke noe avfall var tillatt å ligge inni eller i nærheten av leiren. Herren sa: {HOL 213.2}

«For Herren din Gud vandrer midt i din leir for å redde deg og gi dine fiender i din vold, og din leir skal være hellig.» 5M 23:14 {HOL 213.3}

Maten

I alt som hadde med mat å gjøre, ble det satt et skille mellom rent og urent: {HOL 213.4}

«Jeg er Herren deres Gud, som har skilt dere ut fra folkene. Derfor skal dere skille mellom rene dyr og urene og mellom urene fugler og rene og ikke gjøre dere selv motbydelige ved å ete de firføttede dyr eller de fugler eller det kryp på jorden som jeg har skilt ut for dere, for at dere skal holde dem for urene.» 3M 20:24,25. {HOL 213.5}

Mye av det som hedningene omkring dem uten motforestillinger brukte som mat, var forbudt for israelittene. Det var ikke noe tilfeldig utvalg som ble gjort. Det som ble forbudt var usunt, og det at de ble erklært for urene, minnet dem om at det er nedbrytende å bruke skadelig mat. Det som bryter ned kroppen, bryter også gjerne ned sjelen og gjør at en ikke blir mottakelig for samfunn med Gud, slik at en ikke blir skikket til å utføre et høyt og hellig kall. {HOL 214.1}

Da folket var kommet til Løftets land, fortsatte den undervisningen som var begynt i ørkenen. Det var lett å legge seg til gunstige vaner. De var ikke samlet i trange byer, men hver familie eide sitt eget jordstykke, som sikret alle de helsemessige velsignelsene som et naturlig og ukunstig liv gir. {HOL 214.2}

Herren sa om de onde og utsvevende skikkene til kanaanittene, som ble fordrevet fra Israel: «Dere skal ikke følge de folks skikker som jeg driver ut for dere. For alt dette har de gjort, og jeg fikk avsky for dem.» 3M 20:23. «Du skal ikke la noen styggedom komme inn i ditt hus, så du blir slått med bann sammen med det.» 5M 7:26. {HOL 214.3}

I alt som angikk det daglige liv, fikk israelittene denne undervisningen fra Den Hellige Ånd: {HOL 214.4}

«Vet dere ikke at dere er Guds tempel, og at Guds Ånd bor i dere? Dersom noen ødelegger Guds tempel, da skal Gud ødelegge ham. For Guds tempel er hellig, og det er dere.» I Kor 3:16,17. {HOL 214.5}

«Du skal glede deg over alt det gode Herren din Gud har gitt deg og ditt hus, du og levitten og den fremmede som bor i ditt land.» 5M 26:11. {HOL 215.1}

Og så, mange år senere, da Guds lov ble opplest i Jerusalem for dem som var vendt hjem fra fangenskap i Babylon, gråt folket over sine synder da de hørte disse herlige ordene: {HOL 215.2}

«Sørg ikke og gråt ikke! ... Gå nå og et fete retter og drikk søte drikker og send gaver av det til dem som ingen har laget noe til for. For dagen er helliget vår Herre. Og sørg ikke, for glede i Herren er deres styrke!» Neh 8:9,10. {HOL 215.3}

Og det ble kunngjort og ropt ut , «i alle sine byer og i Jerusalem: Gå ut på fjellene og hent løv av oljetrær og av ville oljetrær og av myrter og av palmer og av andre løvrike trær og lag løvhytter, slik det er foreskrevet. Da gikk folket ut og hentet løv. De laget seg løvhytter, hver på sitt tak og på sine tun og likeså i forgårdene til Guds hus og på plassen ved Vannporten og på plassen ved Efra'im-porten. Og hele menigheten, de som var kommet tilbake fra fangenskapet, laget løvhytter og bodde i dem. ... Og det var overmåte stor glede.» Versene 15-17. {HOL 215.4}

Gud underviste Israel om alle prinsippene som er vesentlige for både fysisk og moralsk helse, og det han befalte dem om disse lovene, gjaldt ikke mindre enn hva han hadde sagt om de moralske lovene: {HOL 215.5}

«Disse ord som jeg byder deg i dag, skal du gjemme i ditt hjerte. Og du skal innprente dem i dine barn. Du skal tale om dem når du sitter i ditt hus, når du går på veien, når du legger deg, og når du står opp. Du skal binde dem som et tegn på din hånd, de skal være

som en minneseddel på din panne. Du skal skrive dem på dørstolpene i ditt hus og på dine porter.» 5M 6:6-9. {HOL 215.6}

«Når din sønn i fremtiden spør deg og sier: Hva er meningen med de vitnesbyrd og de forskrifter og bud som Herren vår Gud har gitt dere? - skal du si til ham: ... Herren bød oss å holde alle disse lover, og frykte Herren vår Gud, så han kunne holde oss i live, og det kunne gå oss vel alle dager, slik det er gått til denne dag.» Versene 20-24. {HOL 215.7}

Glede

«Et glad hjerte gir god legedom.» Ord 17:22. Takknemlighet, glede, gode gjerninger, tillit til Guds kjærlighet og omsorg - dette er det beste vern for en god helse. For israelittene skulle det være selve livets grunntone. {HOL 215.8}

Reisen tre ganger om året til de årlige høytidene i Jerusalem og den uken de oppholdt seg i hytte under løvsalenes høytid, gav anledning til utendørliv og sosial omgang. Disse festene gav folket anledning til å være glade, og det ble enda bedre og inderligere ved at fremmede, levittene og fattige ble ønsket velkommen. {HOL 215.9}

Hadde israelittene fulgt denne undervisningen og utnyttet de fordelene den gav dem, ville de ha vært et eksempel for hele verden på sunnhet og velstand. Hvis de som et folk hadde fulgt Guds plan, ville de ha blitt spart fra de sykdommene som rammet andre nasjoner. Mer enn noe annet folk ville de hatt fysisk og intellektuell styrke. De ville ha blitt den mektigste nasjonen i verden. Gud sa: {HOL 216.1}

«Velsignet skal du være fremfor alle andre folk.» 5M 7: 14. «Og Herren har i dag gitt deg sitt ord at du skal være hans eiendomsfolk, slik som han har sagt til deg, for at du skal holde alle hans bud. Han vil sette deg høy over alle folk han har skapt, til pris og til ry og til pryd. Du skal være et hellig folk for Herren din Gud, slik som han har sagt.» 5M 26:18,19. {HOL 216.2}

«Og alle disse velsignelsene skal komme over deg og nå deg, så sant du hører på Herrens, din Guds røst: Velsignet være du i byen, og velsignet være du på marken! Velsignet være ditt livs frukt og frukten av din jord og frukten av ditt fe, det som faller av ditt storfe og det som faller av ditt småfe! Velsignet være din kurv og ditt deigtrau! Velsignet være din inngang, og velsignet være din utgang!» 5M 28:2-6. {HOL 216.3}

«Herren skal byde velsignelsen å være hos deg i dine løer og følge deg i alt det du tar deg fore. Han skal velsigne deg i det landet Herren din Gud gir deg, Herren skal gjøre deg til et hellig folk for seg, som han har lovt deg med ed, så fremt du tar vare på Herren din Guds bud og vandrer på hans veier. Og alle folk på jorden skal se at du er kalt med Herrens navn, og de skal frykte deg. Herren skal gi deg overflod av alt som godt er, både

av ditt livs frukt og frukten av ditt kveg og av frukten av din jord i det landet som Herren med ed lovte dine fedre å gi deg. Herren skal lukke opp for deg sitt rike forrådshus, himmelen, og gi ditt land regn i rette tid, og han skal velsigne alt dine henders arbeid. Du skal låne til mange folk, men selv skal du ikke trenge å låne av noen. Herren skal gjøre deg til hode og ikke til hale. Du skal alltid være ovenpå og aldri ligge under, såfremt du hører på Herrens, din Guds bud, som jeg i dag byder deg å ta vare på og holde.» Versene 8-13. {HOL 216.4}

øverstepresten Aron og hans sønner fikk denne undervisningen: «Slik skal dere si når dere velsigner Israels barn: {HOL 216.5}

«Herren velsigne deg og bevare deg! Herren la sitt ansikt lyse over deg og være deg nådig! Herren løfte sitt åsyn på deg og gi deg fred! Slik skal jeg legge mitt navn på Israels barn, og så vil jeg velsigne dem.» 4M 6:23-27. {HOL 217.1}

«Som dine dager er, skal din styrke være! Det er ingen som Gud, Jesurun! Han farer fram over himmelen med hjelp for deg, og i sin høyhet på skyene. En bolig er den eldgamle Gud, og her nede er evige armer. ... Så bor Israel trygt for seg selv! Jakobs kilde er skjult i et land med korn og most. Ja, hans himmel drypper av dugg. Salig er du, Israel! Hvem er som du, et folk som har sin frelse i Herren. Han er ditt hjelpende skjold og ditt høye sverd.» 5M 33:25-29. {HOL 217.2}

Israelittene fulgte ikke Guds plan, og derfor mottok de heller ikke de velsignelsene som kunne ha vært deres. Men Josef, Daniel, Moses, Elisa og mange andre er lysende eksempler på hvordan det er å følge Guds plan. Den som er trofast mot denne planen i vår tid, vil oppnå de samme resultatene. Til oss er det skrevet: «Dere er en utvalgt ætt, et kongelig presteskap, et hellig folk, et folk til eiendom, for at dere skal forkynne hans storhet, han som kalte dere fra mørket til sitt underfulle lys.» 1 Pet 2:8. «Velsignet er den mann som stoler på Herren, og lar Herren være sin tillit.» Jer 17:7. «Den rettferdige spirer som palmen, som seder fra Libanon vokser han. De er plantet i Herrens hus, de vokser i vår Guds forgårder. Ennå i høy alder skyter de friske skudd, de er frodige og grønne, for at de skal forkynne at Herren er rettvis.» Sal 92:13-16. «Glem ikke min lære, og la ditt hjerte ta vare på mine bud! For tallrike dager og mange leveår skal de gi deg, og fred og lykke.» Ord 3:1,2. «Da skat du vandre din vei trygt og din fot skal ikke støte mot noe. Når du legger deg, skal du ikke frykte. Og når du har lagt deg, skal din søvn være søt. Du skal ikke engste deg for uventet skrekk, eller for uværet når det kommer over de ugudelige. For Herren skal være din tillit, og han skat bevare din fot så den ikke blir fanget.» Versene 23-26. {HOL 217.3}

Kapitel 22 - Klærne våre

Bibelen lærer oss at vi skal kle oss sømmelig. «Likeså skal kvinnene kle seg sømmelig og pynte seg i ærbarhet og med måtehold.» 1 Tim 2:9. 1 dette ligger det et forbud mot prangende klær, skrikende farger og overdådig bruk av smykker. Alt som er beregnet på å henlede oppmerksombeten på personen eller på å vekke beundring, ligger utenfor den standard for ærbarhet og måtehold som Gud påbyr. {HOL 218.1}

Garderoben vår skal ikke være dyr - ikke med «gull eller perler eller kostbare klær». Vers 9. {HOL 218.2}

Gud har betrodd oss penger, og vi skal ikke bruke dem for å tilfredsstille vår egen stolthet eller ærgjerrighet. Gud vil at hans barn skal bruke dem til mat til de sultne og klær til de nakne. De kan være til vern for de undertrykte, medisiner for de syke og det en trenger for å kunne forkynne evangeliet for de fattige. Vi kunne bringe lykke til mange hjerter om de pengene som nå blir kastet bort på forfengelighet, ble brukt riktig. Ta tid til å bli kjent med Kristi liv, studer hans karakter og bli like selvfornektende som han var. {HOL 218.3}

Blant bekjennende kristne blir det brukt så mange penger til smykker og unødvendig kostbare klær at det kunne vært nok til å mette alle sultne og kle alle nakne. Mote og forfengelighet sluker alle de midlene som kunne hjelpe de fattige og lidende. Verden blir berøvet for evangeliet om Frelserens kjærlighet. Misjonsarbeidet lider. Mange mennesker mangler kunnskap om kristendommen. Like utenfor vår egen dør og i fjerne land finnes det uopplyste og ufrelste mennesker. Gud har fylt jorden med overflod og gitt oss rike muligheter til å nyte livets goder. Han har gitt oss all den kunnskap vi trenger om sannhet og frelse. Så hva kan vi unnskylde oss med når vi lar ropene fra syke og lidende, fra enker og farløse, fra uvitende og ufrelste stige opp til himmelen? De som har kastet bort tid og penger på slikt som Gud har fortbudt, vil på Herrens dag bli brakt ansikt til ansikt med ham som gav sitt liv for dem som trenger hjelp. Hvilken unnskyldning vil de da gi? Mon tro ikke Kristus da vil si til dem: «Jeg var sulten, og dere gav meg ikke mat. Jeg var tørst, og dere gav meg ikke drikke. Jeg var fremmed, og dere tok ikke imot meg. Jeg var naken, og dere kledde meg ikke. Jeg var syk og i fengsel, og dere så ikke til meg.» Mat 25:42,43. {HOL 218.4}

Men selv om klærne våre skal være nøysomme og enkle, bør de være av god kvalitet, ha kledelige farger og passe til det arbeidet vi har. Vi bør sette varighet fremfor forfengelighet. Klærne skal være varme og gi den beskyttelse som trengs. Den vise hustruen som er beskrevet i Salomos ordspråk, «frykter ikke snøen for sitt hus, for hele hennes hus er kledd i skarlagensfarget ull.» Ord 31:21. {HOL 219.1}

Klærne våre må være rene. Skitne klær er usunt og skader både kropp og sjel. «Dere er Guds tempel. ... Dersom noen ødelegger Guds tempel, da skal Gud ødelegge ham.» l Kor 3:16,17. {HOL 219.2}

På alle måter burde klærne våre være sunne. Fremfor alt vil Gud at vi skal være ved god helse - både i kropp og sjel. Vi må samarbeide med ham for at kropp og sjel skal være frisk. Begge har godt av at vi bruker sunne klær. {HOL 219.3}

De bør være smakfulle, vakre og naturlig enkle. Kristus har advart oss mot stolthet, men ikke mot smakefull og naturlig skjønnhet. Han pekte på blomstene på marken, på liljene som utfoldet all sin prakt, og sa: «Selv ikke Salomo i all sin prakt var kledd som en av dem.» Mat 6:29. Gjennom det som finnes i naturen, illustrerer Kristus den skjønnhet som er verdsatt i himmelen, den beskjedne eleganse, det enkle, rene og sømmelige som ville gjøre at våre klær virket tiltrekkende på ham. {HOL 219.4}

De vakreste klærne byr han oss å kle sjelen med. Ingen ytre kledning er mer verdifull eller vakker enn «en mild og stille ånd, som er dyrebar for Gud.» l Pet 3:4. {HOL 220.1}

De som gjør Frelserens prinsipper til sin standard, kan gjøre krav på hans dyrebare løfter: {HOL 220.2}

«Hvorfor er dere bekymret for klærne? ... Kler Gud slik gresset på marken, det som står i dag og i morgen kastes i ovnen, skal han da ikke meget mer kle dere? ... Hva skal vi kle oss med? ... Deres himmelske Far vet at dere trenger alt dette. Søk da først Guds rike og hans rettferdighet, så skal dere få alt dette i tillegg!» Mat 6:28-33. {HOL 220.3}

«Den som har et grunnfestet sinn, ham lar du alltid ha fred, for til deg setter han sin lit.» Jes 26:3. {HOL 220.4}

Dette står i sterk motsetning til den tretthet, uro, sykdom og elendighet som kommer av at man lar seg styre av moten! Mange av de skikker som moten krever når det gjelder klær, står stikk i strid med Skriftens prinsipper. Tenk på alle de motene som har vært de siste århundrer eller bare de siste få tiår. Hvor mange av dem ville ikke ha vært regnet for usømmelige om det ikke hadde vært for at de var mote. Mange av dem ville ha blitt ansett som uanstendige for en trofast, gudfryktig kvinne med selvrespekt. {HOL 220.5}

Guds ord godtar ikke at man forandrer det ytre bare for motens skyld. Skiftende moter og elegante, kostbare smykker sluker de rikes tid og midler, og de legger en tung byrde på mellomklassen og de fattige. Mange som knapt tjener til sitt eget brød, og som med små forandringer kunne sy sine klær selv, blir tvunget til å gå til skredderen eller sydamen for å kunne følge moten. Ikke så få stakkars jenter har for motens skyld unnlatt å bruke varmt undertøy og betalt straffen for dette med silt eget liv. Mange andre som har ment det var viktig å ligne de rike, er blitt lokket inn i skam og uærlighet. Mange hjem

har mistet sin velstand, mange menn har begått underslag eller gått fallitt fordi de har prøvd å tilfredsstille de høye kravene fra kone og barn. {HOL 220.6}

Mange kvinner som føler seg tvunget til å skaffe seg selv og barna moteklær, er dømt til ustanselig slit. Mange mødre med slitte nerver og skjelvende fingrer arbeider til langt på natt for å sy pynt på barnas klær, som på ingen måte gjør klærne sunne, behagelige eller virkelig vakre. For motens skyld ofrer hun sin helse og den sinnsro som er så nødvendig for å lede barna på rett vei. Hun forsømmer utviklingen av sinn og hjerte, og sjelen blir forkrøplet. {HOL 221.1}

Moren får ingen tid til å studere prinsippene for fysisk utvikling, slik at hun kan lære å ta vare på barnas helse. Heller ikke får hun tid til å veilede dem åndelig eller sjelelig, til å føle med dem i deres små skuffelser og prøvelser eller ta del med dem i deres interesser og aktiviteter. {HOL 221.2}

Nesten med det samme barna kommer til verden, blir de utsatt for morens innflytelse. De hører mer snakk om klær enn om Frelseren. De ser at moren er mer opptatt av å lese motekataloger enn Bibelen. Flotte klær betyr mer enn karakterutvikling. Foreldre og barn blir berøvet for det som er best, vakrest og sannest i livet. Av hensyn til moten blir de snytt for være rede til det kommende liv. {HOL 221.3}

Det var fienden av alt som er godt som fant på dette med stadig skiftende moter. Det er ikke noe han heller vil enn å bringe Gud sorg og vanære ved å dra mennesker ned i elendighet og undergang. Et av de midlene han flittigst benytter seg av for å nå dette målet, er den listige moten, som svekker kroppen samtidig som den bryter ned sinnet og ødelegger sjelen. {HOL 221.4}

Kvinner blir utsatt for alvorlige sykdommer, og deres lidelser blir i høy grad forstørret ved måten de kler seg på. Istedenfor å ta vare på helsen for å kunne møte de prøver som ganske sikkert vil komme, ofrer de altfor ofte ved sine feilaktige vaner ikke bare helsen, men også livet, og etterlater barna i en sørgelig forfatning ved at de har en svekket kropp, forvente vaner og falske forestillinger om livet. {HOL 222.1}

Et av de unyttige og skadelige påfunn fra motens side, er skjørt som sleper nedi bakken. Urenslig, ukomfortabelt, ubehagelig og usunt - alt dette og mer til er sannheten om slike lange skjørt. Det er unødvendig kostbart både på grunn av den store mengde stoff som kreves og på grunn av det slit det medfører å gå med så lange skjørt. Og enhver som har sett en kvinne med lange skjørt og med hendene fulle av pakker forsøke å gå opp og ned en trapp, gå inn i .en sporvogn, bane seg vei gjennom en folkemengde, gå ut i regnvær eller vandre bortover en skitten vei, trenger ikke flere bevis på at en slik klesdrakt er upraktisk og ukomfortabel. {HOL 222.2}

Et annet alvorlig minus er skjørt som er laget slik at de hviler på hoftene. Den tunge byrden presser mot de indre organene og skyver dem nedover, slik at magesekken blir belastet og man får en matthetsfølelse. Den som bærer slikt tøy, får etter hvert en tendens til å gå framoverbøyd, som igjen trykker lungene sammen og hindrer naturlig åndedrett. {HOL 222.3}

l de siste årene er farene ved å snøre sammen om livet blitt diskutert så mye at få kan være ukjent med dette, men moten har så stor makt over folk at dette ondet bare fortsetter. Denne vanen gjør at kvinner og unge jenter påfører seg ubeskrivelig skade. Det er viktig for helsen at brystkassen har plass til å utvide seg fullt og fritt, slik at lungene kan ta dype åndedrag. Når lungene blir hemmet, kommer det mindre oksygen inn i dem. Blodet får ikke hva det trenger, og avfallstoffer, giftstoffer som skulle vært utskilt gjennom lungene, blir holdt igjen. l tillegg blir blodsirkulasjonen hindret, og de indre organene blir i den grad presset og trykket på at de kan ikke arbeide slik de burde. {HOL 222.4}

Trange snøringer forbedrer ikke figuren. Noe av det viktigste når det gjelder fysisk skjønnhet er symmetri, det vil si at kroppsdelene står i et harmonisk forhold til hverandre. Og den riktige modellen for hvordan kroppen burde være, finner vi ikke i de figurene som er avbildet i de franske motejournalene, men hos mennesker som har utviklet seg i henhold til de lovene som finnesi Guds natur. Gud er opphavsmannen til alt skjønt, og det er bare når vi retter oss etter hans ideal at vi nærmer oss hans standard for hva som er vakkert. {HOL 223.1}

Et annet onde som skikk og bruk fører med seg, er ulik fordeling av klærne, slik at noen deler av kroppen får mer enn nødvendig, mens andre deler får for lite. De lemmene som ligger lengst borte fra de sentrale organene, bør særlig vernes mot kulde ved å bli godt kledd. Det er ikke mulig å ha god helse når lemmene stadig er kalde, for dersom det er for lite blod i dem, blir det for mye i andre deler av kroppen. En fullkommen helse krever et fullkomment blodomløp. Men det kan vi ikke få så lenge den delen av kroppen hvor de sentrale organene ligger, har tre-fire ganger så mye klær rundt seg som ben og armer. {HOL 223.2}

Mange kvinner er nervøse og slitne fordi de berøver seg selv for den friske luften som skulle rense blodet, og den bevegelse som gir blodet fritt løp gjennom årene og sørger for liv helse og energi. Mange kvinner er blitt kronisk syke mens de kunne ha gledet seg over god helse, og mange har dødd av tuberkulose og andre sykdommer mens de kunne ha levd sin normale tid til ende om de bare hadde kledde seg i harmoni med helseprinsippene og sørget for tilstrekkelig bevegelse i friluft. {HOL 223.3}

For å få de beste klærne sett fra et helsemessig synspunkt, må vi nøye undersøke behovet for hver enkelt kroppsdel. Vi må ta hensyn til klima, omgivelser, helsetilstand,

alder og hvilket arbeid vi har. Hvert klesplagg må passe godt og verken hindre blodomløpet eller et fritt, fullt og naturlig åndedrett. Alle klær bør sitte så løst at de uten videre løftes opp når vi hever armene i været. {HOL 223.4}

Kvinner med svak helse kan gjøre mye for seg selv ved hjelp av fornuftige klær og mosjon. Når de er passe kledd til å være utendørs, kau de trimme ute i det fri, ganske forsiktig til å begynne med, men mer og mer etter hvert som de kan tåle det. Slik kan de vinne helsen tilbake og ta sin del av ansvar i livet. {HOL 224.1}

Uavhengig av moten

Istedenfor å prøve å følge motens krav burde kvinnene ha mot til å kle seg sunt og enkelt. Istedenfor å synke ned til å bli en husslave bør hustruen og moren ta seg tid til å lese og sikre seg kunnskap, slik at hun være til hjelp for sin mann og følge med i barnas utvikling. På en forstandig måte bør hun bruke de anledningene hun har til å øve innflytelse over dem hun har kjær, til å gjøre dem skikket til livet i den kommende verden. Hun bør ta tid til å gjøre sin kjære Frelser til en daglig ledsager og nær venn. Videre bør hun ta tid til å studere hans ord, til å gå ut med barna i det fri og lære av Gud gjennom alt det skjønne i hans skaperverk. {HOL 224.2}

Hun bør holde seg glad og spenstig. Hun må ikke til enhver tid sitte og sy, men gjøre kveldene til et hyggelig samvær, en familiekveld etter at dagens plikter og ansvar er over. Da ville mange menn fortrekke hjemmet framfor klubblokalene og vertshusene. Mange gutter ville holde seg borte fra gaten, og mange jenter ville bli reddet fra lettsindige og villedende venner. Da ville hjemmets innflytelse både for foreldre og barn bli slik Gud ønsker den skulle være, nemlig en livsvarig velsignelse. {HOL 224.3}

Kapitel 23 - Diett og helse

Kroppen vår bygges opp av den maten vi spiser. Det foregår et stadig stoffskifte i kroppen. Enhver bevegelse i et organ gir avfallsstoffer, og disse erstattes av den maten vi spiser. Hvert organ i kroppen krever sin næring. Hjernen må få sin del, og skjelettet, musklene og nervene sin. Det er en utrolig fin prosess som omgjør mat til blod, og som bruker dette blodet for å bygge opp de forskjellige delene av kroppen. Denne prosessen foregår uavbrutt og forsyner nerver, muskler og vev med liv og styrke. {HOL 225.1}

Valg av mat

Vi bør velge slik mat som best kan gi kroppen de stoffene den trenger. Dette er et valg hvor smaken ikke er en pålitelig veileder. Feilaktige spise vaner har fordreid smaken. Ofte vil vi ha mat som skader helsen og svekker istedenfor å styrke. Vi kan heller ikke være trygge om vi lar oss lede av skikk og bruk. Den sykdom og lidelse som hersker overalt har for en stor del sin årsak i de feilaktige kostvanene som er alminnelig utbredt. For å kunne vite hvilken mat som er den beste, må vi studere Guds opprinnelige plan for hva mennesket skulle spise. Han som skapte mennesket og som forstår våre behov, viste Adam hvilken mat han skulle spise: «Se, jeg har gitt dere alle planter som sår seg over hele jorden, og hvert tre med frukt som setter frø. Det skal være føde for der.» 1M l :29. Da mennesket måtte forlate Eden for å arbeide for sitt levebrød ved å dyrke jorden, fikk mennesket tillatelse til også å spise «av markens vekster.» 1M 3:18. {HOL 225.2}

Korn, frukt, nøtter og grønnsaker utgjør den kosten som Skaperen valgte for oss. Når en slik mat blir tilberedt på en så enkel og naturlig måte som mulig, er det den sunneste og mest næringsrike. Den gir oss utholdenhet og en fysisk og intellektuell styrke som vi ikke får ved en mer sammensatt og stimulerende kost. Men ikke all mat som i og for seg er sunn, passer like godt til alle forhold. Vi bør være nøye med valg av mat. Vi bør ta hensyn til hvilken årstid det er, hvilket klima vi leve i, og hvilket arbeid vi har. Noe som passer godt på en årstid og i et spesielt klima, passer ikke hvor som helst ellers. På samme måte er det forskjellig kost som passer best for mennesker i forskjellige yrker. Mat som kan være bra for mennesker i hardt fysisk arbeid, egner seg ikke for dem som sitter mye i ro eller har et intenst mentalt yrke. Gud har gitt oss et rikt utvalg av sunn mat, og hver enkelt bør velge det som erfaring og sunn fornuft forteller er best for å dekke den enkeltes behov. {HOL 226.1}

Naturen har et rikt forråd av frukt, nøtter og ulike kornsorter, og etter som tiden har gått, er mer og mer av de forskjellige lands produkter blitt tilgjengelige for folk flest på grunn av stadig bedre transportmuligheter. Derfor har mye mat som for få år siden ble betraktet som kostbar luksus, nå blitt mulig å kjøpe for alle til daglig bruk. Dette gjelder særlig tørket og hermetisk frukt. {HOL 226.2}

Nøtter og mat som er laget av nøtter, blir mer og mer brukt istedenfor kjøtt. Sammen med nøtter kan man bruke korn, frukt og noen rotfrukter og lage retter som er sunne og næringsrike. {HOL 226.3}

Men vi må være forsiktige og ikke bruke for mye nøtter. De som merker at de ikke tåler mat som er laget av nøtter, vil kanskje oppdage at plagene forsvinner om de tar hensyn til dette rådet. Vi må også huske at noen nøtter ikke er like sunne som andre. Mandler er å foretrekke framfor peanøtter, men om ikke for mye peanøtter blir brukt sammen med korn, er det næringsrik og god mat. {HOL 227.1}

Tilberedt på riktig måte kan oliven, på samme måte som nøtter, erstatte smør og kjøtt. Olivenolje er langt å foretrekke framfor animalsk olje eller fett. Den virker avførende. Pasienter med tuberkulose vil finne det fordelaktig å bruke denne oljen, og den har en legende virkning på betente og irriterte mager. {HOL 227.2}

Folk som har vent seg til en krydret og sterkt stimulerende kost, har fått en unaturlig smak, og de kan ikke uten videre klare å sette pris på en enkel og liketil kost. Det tar tid før smaken blir naturlig igjen og før magen kan komme seg etter den mishandlingen den har vært utsatt for. Men de som fortsetter å bruke sunn mat, vil etter hvert synes den smaker godt. De vil sette pris på dens deilige smak, og de vil spise den med større nytelse enn usunne såkalte delikatesser. Magen vil bli sunn og sterk, uten å være verken betent eller overanstrengt, og den vil med letthet kunne utføre sin oppgave. {HOL 227.3}

For å kunne ta vare på en god helse er det nødvendig at vi får nok av god og næringsrik mat. {HOL 227.4}

Om vi planlegger klokt, kan vi i nesten hvert eneste land sikre oss det som er nødvendig for en god helse. De forskjellige formene for ris, hvete, mais og havre blir transportert til alle land, og det samme gjelder bønner, erter og linser. Dette sammen med importerte frukter eller de frukter som finnes i landet, og de mange ulike grønnsaker som vokser på ethvert sted, gjør det mulig å sette sammen en kost som er fullstendig uten å måtte bruke kjøtt. {HOL 227.5}

Overalt hvor det vokser rikelig med frukt, bør man sørge for å ta vare på det man har behov for til bruk gjennom vinteren, enten ved å koke eller tørke frukten. Små frukter som rips, solbær, stikkelsbær, jordbær, bringebær og bjørnebær, kan med fordel dyrkes mange steder hvor de nå blir lite brukt. {HOL 227.6}

Når man skal hermetisere, bør man så vidt det er mulig bruke glass framfor metall. Det er viktig al den frukten man skal hermetisere, er av god kvalitet. Bruk lite sukker, og kok ikke frukten lenger enn nødvendig. På denne måten blir den en ypperlig erstatning for frisk frukt. {HOL 228.1}

Der det er mulig å få fatt i frukter som rosiner, svisker, epler, pærer, ferskener og aprikoser til rimelige priser, bør en bruke dem i den daglige kosten i langt større utstrekning enn det som er tilfelle mange stede, for det vil styrke helsen til alle som bruker dem. {HOL 228.2}

Man bør ikke bruke mange forskjellige retter til ett og samme måltid, for da vil en ha lett for å forspise seg og få fordøyelsesvansker. {HOL 228.3}

Det er ikke heldig å spise frukt og grønnsaker til ett og samme måltid. Hvis en har dårlig fordøyelse, vil det at en bruker begge deler, ofte gi smerter og sette en ute av stand til å utføre mentalt arbeid. Det er bedre å spise frukt til et måltid og grønnsaker til et annet. {HOL 228.4}

Man må sørge for at det er variasjon i kostholdet. De samme rettene tilberedt på samme måte har ingenting å gjøre på bordet måltid etter måltid og dag etter dag. Man nyter måltidene med større appetitt og kroppen får mer næring om kostholdet er variert. {HOL 228.5}

Matlaging

Det er ikke riktig å spise bare for å tilfredsstille smaken, men det betyr ikke at en skal være likegyldig med kvaliteten eller den måten en tilbereder maten på. Dersom vi ikke spiser maten med god appetitt, får ikke kroppen full nytte av den. Vi bør velge maten med omhu og tilberede den med forstand og dyktighet. {HOL 228.6}

Når en skal bake brød, er det ikke best å bruke siktet hvetemel. Det er verken sunt eller økonomisk å bruke. Brød av siktet hvetemel mangler de næringsrike stoffene som finnes i fullkornbrød. Dette er en viktig årsak til forstoppelse og andre usunne tilstander. {HOL 229.1}

Det er skadelig og unødvendig å bruke natron eller bakepulver når en skal lage brød. Natron kan forårsake betennelser i magen og forgifter ofte hele organismen. Mange husmødre tror ikke at de kan lage godt brød uten å bruke natron, men her tar de feil. Hvis de ville ta seg bryet å lære seg noe nytt, ville brødet deres bli mye sunnere og mer velsmakende for en med naturlig smak. {HOL 229.2}

Når vi baker brød med gjær, skal vi ikke bruke melk istedenfor vann. Det gjør bare brødet dyrere og mye mindre sunt. Brød som er bakt med melk, holder seg ikke friskt så lenge som når det er bakt med vann, og det har lettere for å gjære i magen. {HOL 229.3}

Brød skal være lett og velsmakende og ikke smake det minste surt. Det bør være så lite og så gjennom bakt at gjærbakteriene blir mest mulig ødelagt. Gjæret brød som er varmt eller nybakt, er tungt fordøyelig. Det hører ikke hjemme på bordet. Men dette

gjelder ikke for ugjæret brød. Ferske rundstykker av hvetemel som er bakt uten gjær eller surdeig i en godt varm ovn, er både sunne og velsmakende. {HOL 229.4}

Når en skal lage grøt av helkorn, trenger den å kokes mange timer. Men bløt eller flytende mat er mindre sunn enn tørr mat, som trenger å tygges grundig. Kavring, eller brød som er bakt to ganger, er noe av den mest lettfordøyelige og velsmakende maten som finnes. Skjær alminnelig brød i skiver og varm disse i en ovn til all fuktighet er borte og det har fått en lett brunfarge. På et tørt sted kan slikt brød holde seg mye lenger enn alminnelig brød, og dersom en varmer det opp før det skal spises, vil det være som nybakt. {HOL 229.5}

Vanligvis blir det brukt altfor mye sukker i maten. Kaker og andre søte bakervarer, søte desserter, gele og syltetøy er ofte årsak til fordøyelsesvansker. Særlig skadelig er desserter hvor melk, egg og sukker er hovedingrediensene. En bør være forsiktig med å bruke melk og sukker i samme rett. {HOL 230.1}

Om en bruker melk, må den være skikkelig sterilisert, for da er det mye mindre sjanse for at den er årsak til sykdom. Det er mindre skadelig å bruke, smør på kaldt brød enn når det blir brukt i maten, men som en regel er det bedre å kutte det helt ut. Ost er det enda mer å innvende mot og egner seg ikke som mat. {HOL 230.2}

Mat som er dårlig eller for lite kokt, er til skade for blodet, fordi den svekker de organene som skal danne blodlegemer. Dette bringer ubalanse i organismen og fører til sykdommer som dårlige nerver og depresjon. Det er titusenvis som har vært offer for dårlig matlaging. På mange gravsteiner kunne det ha vært skrevet: «Død på grunn av dårlig matlaging.» «Død som følge av en mishandlet mage.» {HOL 230.3}

Det er en hellig plikt for dem som lager mat å kunne tilberede virkelig sunne retter. Det er mange menneskeliv som går tapt på grunn av dårlig matlaging. Det kreves kunnskap og omhu for å bake godt brød, men det er mer religion i godt brød enn hva mange vet. Det er få som virkelig er gode til å lage mat. Unge kvinner tror kanskje at det er mindreverdig å lage mat og gjøre annet husarbeid, og derfor har mange jenter som gifter seg og får ansvar for en familie, liten forestilling om de plikter som hviler på en kone og mor. {HOL 230.4}

Det å koke er ingen liten vitenskap, og det er en av de viktigste i det praktiske liv. Det er en vitenskap som alle kvinner burde lære seg, og de fattige burde bli opplært til å kunne dra nytte av dette også. Det kreves dyktighet for å lage mat som vekker appetitten samtidig som den er enkel og næringsrik, men det er mulig å få til. Kokker burde lære å lage enkle retter på en grei og sunn måte, slik at folk kunne oppdage at maten er velsmakende og sunn nettopp fordi den er så enkel. {HOL 230.5}

Enhver kvinne som ennå ikke forstå kunsten å lage sunn mat til tross for at hun har ansvaret for en familie, bør sette seg som mål å lære seg det som har så stor betydning for at familien skal ha det godt. Mange steder finnes det skoler som underviser i husstell etter disse prinsippene. Men har hun ikke anledning til å gå på skole, bør hun lære seg det samme av en god kokk og være ivrig etter å lære inntil hun mestrer den kulinariske kunst. {HOL 231.1}

Det er av aller største betydning at man har regelmessige måltider. Hvert måltid bør ha sin bestemte tid. Da kan alle få spise hva kroppen trenger, og så skal en ikke spise før neste måltid. Det finnes mange som spiser uten at kroppen trenger mat, uregelmessig og utenom måltider, fordi de ikke har nok viljestyrke til å motstå fristelsen. Mange spiser hva de kan få fatt i hele tiden når de er ute og reiser. Dette er svært skadelig. Hvis reisende ville spise regelmessig sunn og næringsrik mat, ville de ikke bli så trette eller bli så lett syke. {HOL 231.2}

En annen dårlig vane er å spise like før sengetid. En har kanskje spist kveldsmat til fastsatt tid, men fordi en føler seg slapp, spiser en litt til. Gir en etter for dette, blir det lett en vane som blir så sterk at en til slutt tror at en ikke kan sove uten å spise litt først. Hvis en spiser en sen kvelds, vil fordøyelsesprosessen fortsette inn i søvnen. Men selv om magen arbeider ustanselig, vil den ikke gjøre arbeidet sitt skikkelig. Søvnen blir ofte forstyrret av ubehagelige drømmer, og om morgenen våkner en uten å være uthvilt og med liten lyst på frokost. Når vi legger oss ned for å hvile, burde magen ha gjort arbeidet sitt, slik at den på samme måte som de andre organene kan nyte hvilen. Folk som fører et stille sittende liv, tar spesielt skade av sene kveldsmåltider. For dem kan de forstyrrelsene som oppstår på grunn av dette, ofte føre til sykdom som ender med døden. {HOL 231.3}

I mange tilfeller skyldes den slappheten som gir en trang til mat, det at fordøyelsesorganene i løpet av dagen har vært overanstrengt. Etter at disse organene har fordøyd et måltid, trenger de hvile. Det burde gå minst fem eller seks timer mellom.hvert måltid, og de fleste som prøver dette, vil oppdage at det er bedre for dem med to måltider om dagen istedenfor tre. {HOL 231.4}

De beste forhold for måltider

En bør ikke spise mat som er for varm eller for kald. Hvis maten er kald, bruker en for mye av magens energi for å varme opp maten før den kan fordøyes. Av samme grunn er det skadelig med kalde drikker. Men for mye varm drikke virker også svekkende. Jo mer vi drikker til måltidene, desto vanskeligere blir det å fordøye maten, for væsken må suges opp før fordøyelsen kan begynne. Bruk ikke mye salt, og unngå krydret mat og slikt som er syltet i eddik. Spis rikelig med frukt, så vil trangen til å drikke til måltidene for en stor del forsvinne. Spis maten langsomt og tygg den grundig. Dette er nødvendig for at spyttet skal bli blandet med maten og fordøyelsesvæsken bli satt i virksomhet. {HOL 232.1}

Noe annet som er svært skadelig, er å spise i utide, som for eksempel etter voldsom eller overdreven kroppsanstrengelse, når vi er utmattet eller varme og svette. Like etter et måltid brukes det mye nerveenergi, og når sinn eller kropp blir sterkt anstrengt like før eller like etter et måltid, blir fordøyelsen hindret. Er man opphisset, urolig eller har det travelt, er det bedre å vente med å spise til en er uthvilt eller har falt til ro. {HOL 232.2}

Magen og hjernen står i nøye forbindelse med hverandre, og når magen blir angrepet av sykdom, blir nervekraften hentet fra hjernen så den kan hjelpe de fordøyelsesorganene som er svekket. Hvis dette gjentar seg for ofte, fører det til at det samler seg for mye blod i hjernen. Når hjernen til stadighet er overanstrengt samtidig som en har lite mosjon, bør en spise lite av endog enkel kost. Ved måltidene bør en legge all uro og bekymring til side. Ta det rolig, spis langsomt og tenk positivt. La hjertet være fylt med takk til Gud for alle hans velsignelser. {HOL 232.3}

Noen som har gitt avkall på kjøtt og andre skadelige og usunne retter, mener at de på grunn av den enkle kosten de nå holder seg til, kan gi etter for appetitten uten hemninger, og de spiser overdrevent mye, ja, de fråtser. Dette er galt. Enten det gjelder kvantitet eller kvalitet, så burde ikke fordøyelsesorganene bli tilført mat som overbelaster systemet. Det har etter hvert blitt skikk og bruk at maten skal serveres i forskjellige retter. Fordi en ikke vet hva som kommer etterpå, spiser en seg kanskje mett på mat som en ikke tåler så godt. Når så den siste retten kommer på bordet, hender det at en går for langt og spiser for mye av den fristende desserten som en slett ikke har godt av. Dersom alle rettene som er beregnet til et måltid, ble satt fram fra begynnelsen av, kunne en velge det en.hadde best av. {HOL 233.1}

Av og til kommer konsekvensene av forspisning med det samme. Andre ganger kjenner en ikke noen smerte, men fordøyeisesorganene mister sin energi, og en undergraver grunnlaget for sin fysiske styrke. {HOL 233.2}

Den maten som er overflødig belaster systemet og skaper en sykelig, feberlignende tilstand. Den trekker til seg unødvendig mye blod til magen, som gjør at hender og føtter blir kalde. Den legger en ekstra byrde på fordøyelsesorganene, og når disse organene har utført sin oppgave, føler en seg slapp og utmattet. Noen som til stadighet spiser for mye, kaller denne slapphetsfølelsen for sult, men den kommer av at fordøyelsesorganene er overanstrengte. Av og til kommer denne følelsen av slapphet over hjernen, og en kjenner seg uopplagt til både mentalt og fysisk arbeid. Disse ubehagelige symptomene melder seg fordi naturen har utført sin oppgave med unødvendig mye bruk av energi og er derfor fullstendig utmattet. Magen sier:«La meg få hvile.» Men mange tolker dette som et krav om mer mat, og istedenfor å gi magen ro legger de nye byrder på den. Som en følge av dette blir fordøyelsesorganene utslitte mens de ennå burde være i stand til å utføre et godt arbeid. {HOL 233.3}

Den maten vi bereder for sabbaten, bør ikke være rikeligere eller mer variert enn ellers. Tvert imot bør den heller være enklere, og vi burde spise minde på denne dagen enn på andre dager for at tankene skal være klare og i stand til å fatte åndelige ting. En stappet mage betyr det samme som en stappet hjerne. En kan høre de herligste sannheter uten å forstå dem fordi tankene er uklare av uheldig kost. Forspisning på sabbaten gjør at mange ikke er skikket til å få del i de velsignelser som hviledagens timer tilbyr oss. {HOL 234.1}

En bør unngå å koke på sabbaten, men av den grunn er det ikke nødvendig å spise kald mat. Når det er kaldt ute, bør en varme opp den maten som på forhånd er tilberedt for denne dagen. Og selv om maten skal være enkel, bør den lages velsmakende og tiltrekkende. Særlig i familier hvor det er barn, er det fint om en på sabbaten tilbereder noe som er en nytelse, noe familien ikke har til hverdags. {HOL 234.2}

Hvis en har gjort seg skyldig i feilaktige kostvaner, må en ikke utsette å endre dem. Når en har fått dårlig fordøyelse etter å ha misbrukt magen, bør en gjøre det en kan for å bevare det som er igjen av styrke og energi ved å fjerne alle unødvendige byrder. Det kan være at magen aldri blir så god som den en gang var etter å ha blitt misbrukt over lengre tid, men riktig kost kan gjøre at en unngår å svekke den ytterligere, og det er mange som kommer seg mer eller mindre fullstendig. Det er ikke lett å sette opp regler som vil passe i alle tilfeller, men dersom en holder seg til riktige prinsipper for kosthold, kan en gjøre store reformer, og den som lager maten trenger ikke hele tiden anstrenge seg for å friste appetitten: Måtehold i forhold til mat og drikke blir belønnet med åndelig og moralsk styrke, samtidig som det gir hjelp til å styre lidenskapene. Forspisning er særlig skadelig for slike som har et tregt temperament. Disse bør heller spise lite og sørge for at de får nok mosjon. Det finnes menn og kvinner med ypperlige naturlige evner som ikke utretter halvparten av hva de kunne om de viste selvkontroll ved å styre appetitten. {HOL 234.3}

Det er mange forfattere og talere som feiler på dette punkt. Etter å ha spist riktig godt går de til et stillesittende arbeid som å lese, studere eller skriv, uten å ta seg tid til å mosjonere. Konsekvensen blir at tankene og ordenes frie løp stoppes. De klarer ikke å skrive eller tale med den kraft og myndighet som trengs for å nå hjerter. Deres virksomhet blir slapp og uten frukt. {HOL 235.1}

De som bærer stort ansvar, og fremfor alt de som skal være åndelige veiledere, bør være fintfølende og rask til å oppfatte. Mer enn andre trenger de å vise måtehold i sine spisevaner. Fete og overdådige retter burde ikke finnes på deres bord. {HOL 235.2}

Hver dag må menn i ansvarsfulle stillinger ta avgjørelser som har vidtrekkende konsekvenser. De må ofte tenke raskt, og slike som er avholdende klarer dette bra. Sinnet blir styrket når fysiske og mentale krefter får den riktige behandlingen. Hvis presset ikke er for stort, vil anstrengelsen gi ny styrke. Men ofte er det slik at de som skal legge

viktige planer og fatte avgjørende beslutninger, blir uheldig påvirket i sitt arbeid på grunn av feilaktig kost. En forstyrret mage fører til en forstyrret og usikker sinnstilstand. Ofte er dette årsak til at en blir irritabel, streng og urettferdig. Mange planer som kunne ha vært til velsignelse for verden, er blitt lagt til side, og mange urettferdige, undertrykkende, ja, endog grusomme beslutninger er tatt som følge av sykdommer som stammer fra feilaktige spisevaner. {HOL 235.3}

Her er et råd til alle som fører et stillesittende liv, eller som hovedsaklig driver med åndsarbeid, et råd som dem med stort nok moralsk mot og selvbeherskelse bør prøve: Spis bare to eller tre enkle retter til hvert måltid, og spis ikke mer enn nok til å stille sulten. Mosjoner hver dag, og se om ikke det virker. {HOL 235.4}

Sterke menn med tungt kroppsarbeid trenger ikke å tenke på kvalitet og kvantitet når det gjelder mat i samme grad som de som har et stillesittende arbeid. Men også de ville ha godt av å praktisere selv kontroll når det gjelder mat og drikke. Det er noen som helst vil ha en bestemt regel å følge når det gjelder maten de kan spise. De forspiser seg, men angrer på det etterpå, og derfor kan de ikke la være å tenke på hva de spiser og drikker. Det er ikke slik det burde være. En kan ikke gi en bestemt regel for en annen. Enhver må bruke sunn fornuft, øve selvkontroll og handle ut fra prinsipper. {HOL 235.5}

Kristus har Kjøpt kroppene våre til høy pris, og vi er ikke fri til å gjøre med dem hva vi vil. Alle som forstår helselovene burde skjønne at de har plikt til å følge disse lovene som Gud har nedlagt i deres egen kropp. Det må bli fremholdt som en personlig plikt å være lydig mot helselovene. Det er vi selv som må lide om vi bryter disse lovene. Hver og en av oss må svare overfor Gud for våre vaner og handlinger. Derfor må vi ikke spørre: «Hva er skikk og bruk ute i verden?» men: «Hvordan skal jeg som et selvstendig individ ta vare på den bolig Gud har gitt meg?» {HOL 236.1}

Kapitel 24 - Kjøtt og fisk

I begynnelsen var det ikke animalsk mat i den kosten som ble bestemt for mennesker. Ikke før etter syndfloden, da alt grønt på jorden var blitt ødelagt, fikk mennesket tillatelse til å spise kjøtt. {HOL 237.1}

Da Herren bestemte hvilken mat mennesket skulle ete i Eden, fortalte han hvilken kost som er den beste. Da han valgte maten for israelittene, gav han den samme undervisningen. Han førte dem ut av Egypt og påtok seg å undervise dem for å gjøre dem til sitt eiendomsfolk. Gjennom dem hadde han til hensikt å velsigne og undervise verden. Han gav dem den maten som passet best for dem, ikke kjøtt, men manna, «himmelbrød». De fikk animalsk føde bare fordi de var misfornøyde og knurret og lengtet etter kjøttgrytene i Egypt, og det bare for en kort tid. Dette ble årsak til sykdom og død for tusener. Men allikevel ble det at de bare fikk kjøttfri kost, aldri mottatt med glede. Det fortsatte å være en kilde til misnøye og murring, skjult eller åpent, og det ble aldri en varig ordning. {HOL 237.2}

Da israelittene slo seg ned i Kana'an, fikk de tillatelse til å bruke kjøtt, men strenge restriksjoner gjorde sitt til å redusere de skadelige følgene. De fikk strengt forbud mot å spise svinekjøtt, og det samme forbudet gjaldt også andre dyr og fugler og fisker som ble erklært urene. Av det kjøttet som var tillatt å spise, skulle en ikke bruke fettet og blodet. {HOL 237.3}

En kunne spise bare slike dyr som var sunne og friske. Dyr som var revet i stykker eller var selvdødt eller som blodet ikke var fjernet omhyggelig fra, måtte ikke bli brukt til mat. {HOL 238.1}

Da israelittene unnlot å følge den planen Gud hadde lagt for dem om hva de kunne spise, fikk det store konsekvenser for dem. De ønsket seg kjøtt i kosten, og de høstet fruktene av dette valget. De nådde ikke det idealet Gud hadde stilt for dem, og de oppfylte ikke hans hensikt. Herren gav «dem det de bad om, men sendte tærende sykdom over deres liv.» Sal 106: 15. De satte større pris på det jordiske enn det åndelige, og det hellige privilegium som han hadde tiltenkt dem, ble ikke deres. {HOL 238.2}

Grunner for ikke å spise kjøtt

De som spiser kjøtt, spiser egentlig allerede brukte korn og grønnsaker, for det er fra disse produktene dyrene får den næring som gir vekst. Det livet som fantes i kornet og grønnsakene, går over i den som spiser det. Vi får det ved å spise kjøttet av dyrene. Hvor mye bedre er det ikke å få det direkte ved å spise den maten Gud har bestemt for oss! {HOL 238.3}

Kjøtt har aldri vært den beste maten, men i våre dager er det dobbelt uheldig fordi sykdom blant dyrene stadig tiltar. De som spiser kjøtt vet lite om hva det er de spiser. Dersom de kunne se dyrene mens de levde og visste mer om kvaliteten av det kjøttet de spiste, ville de vende seg bort med avsky. {HOL 238.4}

Vevet i grisekjøttet myldrer av parasitter. Gud sa om svinet: «Det skal være urent for dere. Dere skal ikke ete kjøttet av disse dyrene, og dere skal ikke røre ved dem når de først er døde.» 5M 14:8. Denne befalingen ble gitt fordi svinekjøtt er uskikket til mat. Svin spiser avfall, og det er den eneste hensikten med dem. Ikke under noen omstendigheter skulle menneskene spise svinekjøtt. Det er umulig at kjøttet av noe levende vesen kan være sunt når skitt er deres rette element, og når de lever av det som er avskyelig. {HOL 238.5}

Ofte blir dyr tatt til markedet og solgt til slakt når de er så syke at eierne ikke tør ha dem lenger. Den måten slaktedyr av og til blir foret på, fører også til sykdom. De er stengt inne hvor det ikke er nok lys eller frisk luft, og de puster inn den dårlige luften i skitne fjøs. Kanskje blir de alet opp på bedervet mat, og snart blir hele kroppen forurenset av urene stoffer. {HOL 239.1}

Dyr blir ofte transportert over lange avstander og utsatt for store lidelser for å nå fram til markedet. De stakkars dyrene blir ført bort fra de grønne beitene og drevet hardt over mange mil på varme, støvete veier, eller de blir stuet inn i skitne vogner, syke og utslitte, hvor de ofte må være i timevis uten mat og drikke, før de møter sin død - bare for at mennesker skal kunne lage seg festmat av deres døde kropper. {HOL 239.2}

Mange steder blir fisk så forurenset av den urene føden de tar i seg, at også de blir en kilde til sykdom. Dette er spesielt tilfelle der hvor fisken svømmer i nærheten av kloakken fra de store byene. Fisk som lever av kloakk, kan svømme ut i fjerne farvann og bli fanget der hvor vannet er klart og rent. Når slik fisk blir brukt som mat, kan de overføre sykdom og død uten at noen aner fare. {HOL 239.3}

Virkningen av å bruke kjøtt som mat merker en kanskje ikke med det samme, men dette er ikke noe bevis på at det ikke er skadelig. Det er ikke mange som vil tro at det er det kjøttet de har spist, som har forgiftet blodet og er skyld i deres lidelser. Mange dør av sykdommer som fullt og helt kan føres tilbake til at de har spist kjøtt, men verken de selv eller andre har noen anelse om den virkelige årsaken. {HOL 239.4}

De moralske ondene ved å spise kjøtt er ikke mindre enn de fysiske. Kjøttmat er skadelig for helsen, og det som påvirker kroppen, har en tilsvarende virkning på sinn og sjel. Tenk på den grusomhet mot dyr som kjøttspising innbefatter. Dette virker inn på dem som begår denne grusomheten og som er vitne til den. Den ødelegger den medfølelse vi burde ha overfor disse Guds skapninger! {HOL 239.5}

Den intelligens mange stumme dyr viser seg å eie, nærmer seg så mye den menneskelige intelligens at det er et mysteIium. Dyrene kan se, høre, elske, frykte og lide. De bruker sine evner langt mer trofast enn mange mennesker gjør. De viser sympati og ømhet overfor sine lidelsesfeller. Mange dyr viser en hengivenhet overfor dem som steller dem som er mye større enn den mange mennesker viser overfor hverandre. De knytter seg så sterkt til mennesker at de ikke kan skilles uten store lidelser. {HOL 240.1}

Hvilket menneske som eier følelser og som har stelt husdyr, kan se inn i disse øynene som er så fulle av tillit og hengivenhet, og etterpå overgi dyret til slakterens kniv? Hvordan er det mulig å sluke kjøtt fra dem, som om det var en herlig rett? {HOL 240.2}

Det er feil å tro at muskelstyrke er avhengig av at en spiser kjøtt. Kroppens behov blir bedre tilfredsstilt og en kan få en sterkere helse uten å bruke kjøtt. Korn sammen med frukt, nøtter. og grønnsaker inneholder alle de næringsstoffene som er nødvendige for at en skal få godt blod. Disse stoffene får en ikke så rikelig i kjøtt. Hvis det hadde vært viktig for helse og styrke å spise kjøtt, ville den kosten som ble bestemt for menneskene i begynnelsen; også innbefattet animalsk føde. {HOL 240.3}

Når en slutter å bruke kjøtt, føler en seg ofte slapp, som om en mangler energi. Mange tar dette som bevis på at det er nødvendig med kjøtt. Men grunnen til at en kjenner savnet av slik mat, er at den virker stimulerende, den fremkaller en febertilstand i blodet og pirrer nervene. Noen synes det er like vanskelig å gi avkall på kjøtt som drankeren synes det er å gi avkall på sin dram, men de vil allikevel ha godt av å legge om sin vane. {HOL 240.4}

Når en slutter å bruke kjøtt, må en sørge for å få en rikelig variasjon av korn, nøtter, grønnsaker og frukt, som vil være både næringsrikt og appetittvekkende. Dette er særlig viktig for svake mennesker og for slike som har hardt arbeid. I noen land hvor der er mye fattigdom, er kjøtt den billigste maten. Under slike forhold er det vanskelig å gjennomføre en forandring, men det er mulig. Allikevel bør vi ta i betraktning de forhold folk lever under, og den makt en vane gjennom mange år øver, så vi må være varsomme og ikke fremholde selv riktige ideer i tide og utide. Ingen må føle seg tvunget til å gjøre en slik forandring plutselig. Vi bør erstatte kjøttretter med sunn og rimelig mat. Dette er i stor grad avhengig av den som skal lage maten. Med omhu og dyktighet er det mulig å lage retter som vil være både næringsrike og velsmakende, og som for en stor del vil erstatte kjøttet. {HOL 240.5}

I alle tilfeller bør vi oppdra samvittigheten, påvirke viljen og skaffe til veie god og sunn mat. Da vil det være lett å gjennomføre forandringen, og trangen til kjøtt vil snart forsvinne. {HOL 241.1}

Er det ikke på tide at alle setter seg som mål å slutte å bruke kjøtt? Hvordan kan de som streber etter å bli rene og hellige for å kunne ha samfunn med hellige engler, fortsette å bruke som mat noe som er så skadelig for sjel og kropp? Hvordan kan de ta livet av Guds skapninger for å gasse seg med deres kjøtt? Nei, la oss heller vende tilbake til den sunne og velsmakende maten som ble gitt mennesket i begynnelsen. La oss praktisere og lære opp våre barn til å øve barmhjertighet mot de tause dyrene som Gud har skapt og gitt oss herredømme over. {HOL 241.2}

Kapitel 25 - Et avbalansert kosthold

Ikke alle som sier at de tror på en reform innen kosthold, følger dette i praksis. For mange betyr en reform bare å legge vekk visse usunne vaner. De forstår ikke til fulle hva helseprinsippene går ut på, og på deres bord er det fremdeles lekre, men skadelige retter. Dette gjør at de langt fra er et eksempel på kristelig avhold og måtehold. {HOL 242.1}

En annen gruppe er så ivrige etter å sette et riktig eksempel at de går i den andre grøften. Noen klarer ikke å skaffe seg de aller beste matvarene, og istedenfor å bruke slikt som kan erstatte det som mangler, legge de seg til en mindreverdig diett. Et slikt kosthold inneholder ikke de næringsstoffene som er nødvendige for å få godt blod. Deres helse lider, arbeidsevnen svekkes og deres eksempel er mer til skade enn til gagn for helsereformen. {HOL 242.2}

Andre mener at fordi helsen krever en enkel kost, så er det ikke så nøye hva slags mat det er og hvordan den blir laget. Noen nøyer seg med en skral kost som ikke er variert nok til å tilfredsstille kroppens behov, og de må ta konsekvensene av dette. {HOL 242.3}

De som bare har en delvis forståelse av hvilke prinsipper som ligger til grunn for en reform, er ofte de strengeste, ikke bare når det gjelder å følge sin overbevisning selv, men også når det gjelder å presse denne på familie og naboer. Følgene av deres feilslåtte reformforsøk kan vi se i deres egen dårlige helse, og når de prøver å tvinge sitt syn på andre, får mange en feil forståelse av hva reform innen kosthold betyr, og det får dem til å avvise den fullstendig. {HOL 242.4}

De som forstår helselovene og lar seg lede av prinsipper, vil unngå alle ytterligheter og blir verken for ettergivende eller for restriktive. De velger den kosten de vil ha, ikke bare for å tilfredsstille appetitten, men for å bygge opp kroppen. De ønsker å bevare alle sine evner og krefter i best mulig tilstand for å kunne utføre den mest effektive tjenesten for Gud og mennesker. De styrer sin appetitt ved hjelp av fornuft og samvittighet, og lønnen er en sunn kropp og et sunt sinn. De støter ikke andre ved å tvinge sine egne synspunkter på dem, men deres eksempel er et vitnesbyrd til fordel for riktige prinsipper. Slike mennesker øver stor innflytelse til det gode. {HOL 243.1}

Det er virkelig sunn fornuft som ligger til grunn for en reform innen kostholdet. Dette er et emne en trenger å studere dypt og grundig, og ingen burde kritisere andre fordi deres praksis ikke samstemmer i alt med deres egen. Det er umulig å sette opp allmenngyldige regler for alles vaner, og ingen må se på seg selv som en standard for alle andre. Ikke alle kan spise det samme. Mat som er velsmakende og sunn for en person, kan virke frastøtende og til og med være skadelig for en annen. Noen kan ikke bruke melk, mens andre synes å ha godt av den. Noen kan ikke fordøye erter og bønner, mens de er sunne å

bruke for andre. For noen er bakverk av fullkorn god mat, mens andre kan ikke bruke slikt. {HOL 243.2}

De som bor i nybyggerstrøk eller i fattige land, hvor det er knapt med frukt og nøtter, må ikke bli overtalt til å kutte ut melk og egg fra kostholdet. Det er sant at velernærte mennesker med sterke kjødelige lidenskaper bør holde seg borte fra stimulerende kost. Særlig i familier der barna gir etter for sanselige vaner, bør egg unngås. Men mennesker som har svake bloddannende organer, bør ikke fullt og helt avstå fra melk og egg - særlig hvis det ikke er mulig å skaffe annen mat som inneholder de nødvendige næringsstoffene. Men vi bør alltid passe på at vi får melk fra friske kyr og egg fra sunne høns som er foret og pleiet godt, og eggene må kokes slik at de blir så lettfordøyelige som mulig. {HOL 243.3}

En reform innen kostholdet bør skje gradvis. Etter hvert som det blir mer og mer sykdom blant dyrene, vil det bli stadig mer utrygt å bruke egg og melk. Man må anstrenge seg for å finne andre sunne og rimelige næringsmidler som kan erstatte disse. Overalt bør folk så langt det er mulig lære seg å lage sunn og velsmakende mat uten egg og melk. {HOL 244.1}

Som regel viser det seg å være best for helsen å spise bare to måltider om. dagen, men under visse forhold kan det være nødvendig å spise et tredje måltid. Men hvis en velger dette, burde det være lite og bestå av lett fordøyelig mat. «Crackers» - den engelske kjeksen - eller kavring eller knekkebrød, frukt og kornkaffe er den maten som passer best om kvelden. {HOL 244.2}

Det finnes noen som alltid er redde for at maten skal være skadelig for dem, uansett hvor enkel og sunn den måtte være. Jeg vil si til disse: Gå ikke rundt og tenk på om maten kan være til skade. Tenk ikke på den i det hele tatt. Spis etter ditt beste skjønn, og når du har bedt om at Gud må velsigne maten så den kan være til det beste for kroppen din, så tro at han hører din bønn og ta det med ro. {HOL 244.3}

Fordi helseprinsippene krever at vi skal legge vekk mat som irriterer magen og svekker helsen, må vi huske at en utilstrekkelig kost gjør at en blir blodfattig. Sykdommer som er blant de vanskeligste å helbrede, har sin årsak i dette. Systemet får ikke tilstrekkelig næring, og resultatet blir fordøyelsesvansker og generell svekkelse. De som bruker en slik kost, er ikke alltid tvunget til det av fattigdom, men de velger det på grunn av likegyldighet eller uvitenhet, eller de følger sine feilslåtte forestillinger om hva reform er for noe. {HOL 244.4}

Vi ærer ikke Gud ved å forsømme eller misbruke vårt legeme og på den måten gjøre det uskikket til tjeneste for ham. En av husmorens første plikter er å sørge for at kroppen

får mat som smaker godt og er styrkende. Det er mye bedre å ha færre kostbare klær og møbler enn å være knipen når det gjelder mat. {HOL 245.1}

Noen husmødre strammer inn på familiens matbudsjett for å kunne servere dyre retter for besøkende. Dette er ikke klokt. Når en serverer gjester, bør maten være svært enkel. Tenk aller først på familiens behov. {HOL 245.2}

Ufornuftig økonomisk styring og kunstige skikker står ofte i veien for å kunne vise gjestfrihet der hvor det kunne være nødvendig og også være til stor velsignelse. De rettene vi til daglig setter på bordet, burde være slik at en ubuden gjest kunne ønskes velkommen til bords uten at husmoren var nødt til å bekymre seg for ekstra forberedelser. {HOL 245.3}

Alle burde lære seg hva som er best å spise, og hvordan en skal lage slike retter. Menn, like mye som kvinner, bør kunne lage enkel og sunn mat. Arbeidet deres gjør at de ofte må reise til steder hvor de ikke kan få tak i sunn mat, så hvis de hadde lært seg å koke, ville de ha stor nytte av det. {HOL 245.4}

Vær nøye med kosten. Sett deg inn i sammenhengen mellom årsak og virkning. øv selvkontroll. Bruk fornuften til å styre appetitten. La aldri magen bli mishandlet ved at du spiser for mye, men berøv deg heller ikke den sunne og velsmakende maten som skal til for å ha en god helse. {HOL 245.5}

Det trangsyn som preger enkelte som mener at de støtter en helsereform, har vært til stor skade for hele sunnhetssaken. De som er opptatt av helse, må huske at en reform innen kosthold for en stor del blir bedømt etter maten de selv setter fram, og istedenfor å sette saken i vanry burde de være et eksempel, slik at tenkende mennesker får lyst - til å følge deres eksempel. Det finnes en stor gruppe som vil sette seg imot enhver reform, samme hvor fornuftig den måtte være, bare fordi dette setter grenser for deres appetitt. De lar seg styre av smaken istedenfor fornuften eller helselovene. Denne gruppen vil betrakte alle som går på tvers av skikk og bruk for å fremme en reform, som radikale, uansett hvor rimelige og fornuftige de måtte være. For at slike ikke skal ha noen grunn for sin kritikk, bør tilhengere av reform legge vinn på å ikke være forskjellige fra andre, men heller prøve å være så lik dem som mulig uten å ofre prinsipper. {HOL 246.1}

Når de som arbeider for reform innen sunnhet og helse, går til ytterligheter, skal vi ikke undre oss over at mange som ser på dem som representanter for helseprinsippene, forkaster det hele fullstendig. Når man går til ytterligheter, gjør man som oftest mer skade på kort tid enn det en kan bygge opp gjennom et helt liv ved å leve fornuftig. {HOL 246.2}

Helsereform er basert på omfattende og vidtrekkende prinsipper, og vi bør ikke forringe den ved å være trangsynte og snevre i vår måte å handle på. Men ingen må la seg

vende bort fra de riktige prinsippene eller ta lite hensyn til dem på grunn av motstand eller spott eller et ønske om å tilfredsstille eller påvirke andre. De som lar seg styre av prinsipper, vil fast og bestemt stå for det som er rett, samtidig som de i all sin omgang med andre viser et kristelig storsinn og en fin balansegang. {HOL 246.3}

Kapitel 26 - Stimulerende og bedøvende midler

Under begrepet stimulerende og bedøvende midler finner vi en stor mengde stoffer som blir brukt som mat og drikke, men som allikevel irriterer magen, forgifter blodet og pirrer nervene. Det er absolutt galt å bruke slikt. Mennesker tyr til stimulanser fordi de for en tid syres de har en god virkning. Men det kommer alltid en reaksjon. Når man bruker unaturlige stimulanser, fører det alltid til overdrivelse, og de påvirker og framskynder fysisk forfall og ødeleggelse. {HOL 247.1}

Krydder

I vår travIe tid er det best å bruke så lite pirrende mat som mulig. Krydder er skadelige i seg selv. Sennep, pepper, pickles og annet av samme karakter irriterer magen og gjør blodet betent og urent. Når en vil belyse alkoholens uheldige virkning, henviser en gjerne til drankerens betente mage. En lignende betent tilstand oppstår når en bruker sterke krydder. Snart tilfredsstiller ikke den vanlige maten appetitten lenger. Kroppen føler et behov, en trang til noe mer stimulerende. , {HOL 247.2}

Te og kaffe

Te virker stimulerende og gir i en viss grad en beruselse. Slik virker også kaffe og mange andre populære drikker. Til å begynne med kjenner en seg oppkvikket. Nervene i magesekken blir pirret, og denne irritasjonen blir ført videre til hjernen, som straks blir stimulert til å sette fart i hjerteaktiviteten og sende ut en kortvarig energi til hele kroppen. All tretthet forsvinner, og det virker som om en blir sterkere. Tankene blir klarere og fantasien mer levende. {HOL 248.1}

Derfor innbiller mange seg at de har godt av å drikke te eller kaffe. Men dette er en misforståelse. Te og kaffe tilfører ikke organismen noen næringsstoffer. Virkningen av disse midlene viser seg før fordøyelsen har funnet sted, og det som blir oppfattet som styrke, er bare et pirret nervesystem. Når den stimulerende virkningen har tatt slutt, forsvinner den unaturlige styrken, og resultatet er at en føler seg tilsvarende matt og slapp. {HOL 248.2}

Hvis en fortsetter å bruke disse nervepirrende midlene, fører det til hodepine, søvnløshet, hjertebank, fordøyelsesvansker, skjelving og mange andre onder, for de tærer på livskraften. Slitne nerver trenger ro og hvile og ikke stimuli og overanstrengelse. Naturen trenger tid til å gjenvinne den oppbrukte energien. Når den ved hjelp av stimulanser blir tvunget til ekstra anstrengelser, kan den utrette mer for en kort tid, men etter hvert som kroppen blir svekket ved stadig bruk, blir det litt etter litt vanskeligere å hente energi nok. Trangen til stimulanser blir vanskeligere å styre inntil viljen blir overvunnet og en ikke lenger synes å ha vilje til å motstå den unaturlige trangen. En må

ty til stadig sterkere stimulanser, og til slutt lar ikke den overanstrengte organismen seg påvirke av slike midler. {HOL 248.3}

Tobakk

Tobakk er en i høy grad farlig gift som virker langsomt og snikende. Den er skadelig for helsen samme hvilken form den blir brukt i. Nettopp fordi den virker så langsomt og til å begynne med nesten ikke merkes, er den desto farligere. Den egget opp nervene før de blir lammet. Den svekker hjernen og gjør den omtåket. Den har ofte en kraftigere virkning på nervene enn berusende drikk. Den virker mer i det skjulte, og virkningene fra den er vanskelig å fjerne fra kroppen. Den skaper en tørst etter sterk drikk og legger i mange tilfeller grunnlaget for drukkenskap. {HOL 248.4}

Å bruke tobakk har lite for seg, er dyrt, urenslig, nedbrytende for den som bruker det og motbydelig for andre. Overalt kan en møte folk som er henfallen til tobakk. Du kan nesten ikke gå gjennom en folkemasse uten at en eller annen røyker sender sin giftige pust rett i ansiktet på deg. Det er ubehagelig og usunt å sitte i en kupe eller et rom hvor luften er tett av dunst fra alkohol og tobakk. La gå at noen absolutt vil bruke,slike giftstoffer selv, men hvilken rett har de til å forpeste luften som andre må puste i? {HOL 249.1}

Tobakken gjør ubotelig skade på barn og ungdom. De uheldige virkningene av tidligere slekters usunne vaner viser seg i dag på barn og ungdom. Åndelig sløvhet, fysisk svekkelse, urolige nerver og unaturlige lyster blir overført ved arv fra foreldre til barn. Og når barna øver de samme onde vanene, øker og forverrer det de onde resultatene. Dette er ikke i liten grad årsak til den fysiske, mentale og moralske tilbakegangen som er så foruroligende i vår tid. {HOL 249.2}

Mens de ennå er svært unge, begynner gutter å bruke tobakk. Den vanen de danner på denne måten, mens kropp og sinn ennå er særlig mottakelig for virkningen av den, undergraver de fysiske kreftene, forkrøpler kroppen, sløver sinnet og forderver deres moral. {HOL 249.3}

Men hva kan en gjøre for å få barna til å forstå hvor skadelig en slik vane er, når foreldre, lærere og prester setter et eksempel for dem? Vi kan se små gutter som knapt er kommet over barneårene, røyke sine sigaretter. Hvis vi snakker til dem om det, svarer de: «Min far bruker tobakk.» De henviser til presten eller søndagsskolelederen og sier: «Når en slik mann røyker, hvilken skade kan det da ha for meg?» Mange som arbeider innen avholdssaken, bruker tobakk. Hvilken myndighet har slike personer til å stoppe den økende drukkenskapen? {HOL 249.4}

La meg rette en appell til dem som bekjenner seg til å være lydig mot Guds ord: Kan dere som kristne hengi dere til en vane som lammer tankene deres og ødelegger evnen til

å vurdere de evige verdier på en riktig måte? Kan dere gå med på å daglig berøve Gud den tjenesten som med rette tilkommer ham, og å holde tilbake fra deres medmennesker både den tjenesten dere kunne yte dem og den kraft deres eksempel kunne være for dem? {HOL 250.1}

Har dere tenkt over hvilket ansvar dere som Guds husholdere har for de midlene dere har til rådighet? Hvor mye av Guds penger bruker dere på tobakk? Regn etter hvor mye dere har brukt på denne måten i deres levetid. Hvordan står alt dette som dere har brukt til denne nedbrytende lasten, i forhold til det dere har gitt for å hjelpe fattige og spre evangeliet? {HOL 250.2}

Ingen behøver tobakk, men det er mange mennesker som omkommer av mangel på penger, fordi de blir brukt på en måte som er verre enn å kaste dem bort. Har du kanskje gjort deg skyldig i å forvaltet Herrens eiendom på feil måte? «Vet dere ikke at ... dere tilhører ikke lenger dere selv l?]. Dere er dyrt kjøpt! La da legemet være til ære for Gud!» I Kor 6: 19,20. {HOL 250.3}

Rusdrikk

«Vinen er en spotter, sterk drikk fører tit bråk, og hver den som raver av den, blir ikke vis... Ord 20:1. «Hvem roper akk, hvem roper ve? Hvem har trette og klage? Hvem har sår for ingen ting? Hvem har røde øyne? De som sitter lenge oppe ved vinen, de som kommer for å smake på den krydrede drikk. Se ikke til vinen, hvor rød den er, hvor den perler i begeret, hvor tett den går ned! Til sist biter den som en slange og hogger som en hoggorm... Ord 23:29-32. {HOL 250.4}

Aldri har et menneske gitt en mer levende beskrivelse av den fornedrelse og det slaveri som rusdrikk fører sitt offer inn i. Selv om han en gang skulle våkne opp og innse sin elendighet, så er han så lenket og svak at han ikke har kraft til å rive seg løs fra snaren, men istedenfor sier han: «Jeg vil se å få tak i enda mer!» Vers 35. {HOL 251.1}

Det er ikke nødvendig å bruke argumenter for å vise hvilke onde virkninger rusdrikk har på drankeren. Disse sløve, berusede menneskevrakene - sjeler som Kristus har dødd for og englene gråter for - finnes overalt. De er en skamplett på vår oppskrytte sivilisasjon. De er en skam, en forbannelse og en fare i ethvert land. {HOL 251.2}

Og hvem kan vel skildre den elendighet, den sjelekval og fortvilelse som er skjult i en drankers hjem? Tenk på kona, som ofte er veloppdratt, følsom, dannet og høflig, som må være lenket til en mann som drikken har forvandlet til en drukkenbolt eller en demon. Tenk på barna som ikke får oppleve et hyggelig hjem, som blir berøvet skolegang og utdannelse. De lever i en stadig frykt for ham som skulle være deres stolthet og beskytter. De er født inn i denne verden uten å be om det og er merket med farens skam og ofte en arvelig tørst etter den forbannede drikken. {HOL 251.3}

Tenk på de fryktelige ulykkene som skjer hver dag under påvirkning av alkohol. En tjenestemann på jernbanen unnlater å bry seg om et signal eller misforstår en ordre. Toget suser av sted, kolliderer og mange liv går tapt. Eller et skip går på grunn, og passasjerer og mannskap finner en våt grav. Når saken blir undersøkt, viser det seg at en eller annen på en viktig post var påvirket av alkohol. Hvor langt kan man gå når det gjelder å bruke alkohol og samtidig bli betrodd ansvaret for menneskeliv? Bare den som er totalt avholdende, er skikket til å få et slikt ansvar. {HOL 251.4}

Svakere rusmidler.

Mennesker som har en nedarvet trang til unaturlige stimulanser, bør ikke under noen omstendigheter ha vin, øl eller eider innen rekkevidde, for det ville være en stadig fristelse for dem. {HOL 251.5}

Fordi man anser nylaget eider som ufarlig, er det mange som ikke har innvendinger mot å kjøpe slik drikke i store mengder. Men den er fersk bare en kort tid før gjæringen begynner. Den skarpe smaken som den da får, gjør at mange synes den er blitt enda bedre, og de vil helst ikke innrømme at den er blitt sterk eller gjæret. {HOL 252.1}

Selv alminnelig fersk eider er helseskadelig. Dersom folk kunne se hva mikroskopet røper om den eideren de kjøper, så ville bare noen få drikke den. De som produserer eider for salg, er ofte ikke nøye i valget av den frukten de bruker. De benytter gjerne saften av markstukne og råtne epler. Selv de som aldri kunne tenke seg å bruke giftig og råtten frukt på noen som helst måte, drikker den saften som er laget av den, og de betrakter det som luksus. Men mikroskopet forteller at denne deilige drikken overhodet ikke bør brukes selv når den kommer fersk ut av. fruktpressen. {HOL 252.2}

En kan like gjerne bli beruset av vin, øl og eider som av sterkere drikker. Disse svakere drikkene vekker smaken for det som er sterkere, og slik blir drikkevanene lagt. Å drikke med måtehold er den skole hvor mennesker blir utdannet til å bli drankere. Men virkningen av disse svake stimulansene er så lumsk at offeret er langt ute på drankerens vei før han blir oppmerksom på faren. {HOL 252.3}

Noen som aldri blir betraktet som virkelig beruset, er alltid påvirket av milde rusdrikker. De er febrilske, ustabile og ubalanserte. De innbiller seg at det ikke er noen fare, og så turer de fram til alle skranker er brutt og hvert prinsipp er kastet over bord. De sterkeste forsetter blir undergravd, og de høyeste hensyn er ikke nok til å holde den ødelagte trangen under fornuftens kontroll. {HOL 252.4}

Ikke noe sted aksepterer Bibelen at man kan bruke rusdrikk. Den vinen som Kristus laget av vann ved bryllupet i Kana, var ren druesaft. Det er det som skjer når folk '«finner saft i druen,» og som Skriften omtaler slik: «ødelegg den ikke, for det er en velsignelse i den!» Jes 65:8. {HOL 252.5}

Det var Kristus selv som i Det gamle testamente gav advarslen til Israel:,Vinen er en spotter, sterk drikk fører til bråk, og hver den som raver av den,blir ikke vis.» Ord 20: 1. Selv har han aldri laget.noen slik drikk. Satan frister menneskene til nytelser som sløver forstanden og lammer den åndelige dømmekraften, men Kristus lærer oss å undertvinge vår lavere natur. Han presenterer ikke mennesket for noe som kan være en fristelse. Hele hans liv var et eksempel på selvfornektelse. Det var for å bryte appetittens makt at han i de førti dagene i ørkenen gikk gjennom den verste prøven noe menneske kan tåle. Det var Kristus som bestemte at døperen Johannes ikke skulle smake vin eller sterk drikk. Det var han som påla Manoah et lignende avhold. Kristus gikk ikke imot sin egen lære. Den ugjærete vinen han gav bryllupsgjestene, var en sunn og forfriskende drikk. Det var den slags vin vår frelser og. hans disipler brukte i den første nattverd. Det er slik vin vi alltid bør sette på nattverdbordet som et symbol på Frelserens blod. Denne sakramentale tjenesten er beregnet til å gi sjelen liv og glede. Ikke på noen måte må den forveksles med det som kan føre til det onde. {HOL 253.1}

Hvordan kan mennesker som lar seg opplyse av hva Skriften, naturen og fornuften lærer oss om rusdrikker, gi seg til å dyrke humle for ølproduksjon eller å framstille vin eller sider for salg? Hvis de elsker sin neste som seg selv, hvordan kan de da legge snarer i veien for ham? Misbruk begynner ofte i hjemmet. Fordøyelsesorganene blir svekket av en krydret og usunn mat, og man får en trang til noe som er enda mer stimulerende. På denne måten blir appetitten opplært til å forlange noe som stadig er sterkere. Trangen til stimulanser kommer hyppigere og blir vanskeligere å motstå. Kroppen blir mer og mer fylt av giftstoffer, og jo mer den blir svekket, desto sterkere blir trangen til slike pirrende midler. Ett skritt i feil retning legger veien åpen for det neste. Mange som aldri ville tenke på å sette vin eller sterke drikker på sitt bord, dekker det med retter som skaper en slik tørst etter sterk drikk at det er nesten uunngåelig å unngå fristelsen. Feilaktige spise- og drikkevaner ødelegger helsen og bereder veien for drukkenskap. {HOL 253.2}

Det ville snart ikke være nødvendig å drive avholdsarbeid dersom den ungdommen som danner og setter sitt preg på samfunnet, fikk innpodet de riktige prinsippene om avhold. Foreldre må sette i gang et korstog for avhold i sitt eget hjem og lære barna å følge de riktige prinsippene helt fra de er spedbarn. Da kan de ha håp om å se gode resultater. {HOL 254.1}

Mødre har en stor oppgave i å hjelpe barna til å danne riktige vaner og utvikle en god smak. Oppdra appetitten. Lær barna å avsky stimulanser. Oppdra dem slik at de får moralsk styrke til å motstå det onde som omgir dem. Lær dem til ikke å la seg lede av andre eller gi etter for andres sterke innflytelse, men til å øve en god innflytelse på andre. {HOL 254.2}

Store anstrengelser blir gjort for å bekjempe drukkenskap, men mye av dette arbeidet er rettet mot feil punkt. Avholdssakens forkjempere bør være oppmerksomme på de onder som stammer fra bruken av usunn mat og krydder, te og kaffe. Vi ønsker alle avholdsarbeidere Guds velsignelse i sine anstrengelser, men vi vil også utfordre dem til å undersøke nærmere årsaken til det onde de bekjemper og å være sikker på at de selv er konsekvente når det gjelder avhold. {HOL 254.3}

Det må gjøres klart for folk at en riktig balanse mellom mentale og moralske krefter i stor grad er avhengig av riktig fysisk tilstand. Alle bedøvende og unaturlig stimulerende midler som svekker og ødelegger de fysiske kreftene, har også en tendens til å virke negativt på de intellektuelle og moralske kreftene. Mangel på måtehold danner grunnlaget for det moralske forfall som finnes i verden. Mange mister motstandskraften overfor fristelser fordi de gir etter for sin fordervede appetitt. {HOL 254.4}

Avholdsarbeidere har en stor oppgave i å opplyse folk om dette. Lær dem at helsen, karakteren og selve livet står i fare når man bruker stimulanser som pirrer utslitte krefter til å handle krampaktig og unaturlig. Når det gjelder te, kaffe, tobakk og alkohol, så er det eneste trygge å ikke røre det, ikke smake det, ikke ha noe med det å gjøre. Te, kaffe og lignende drikker virker i samme retning som alkohol og tobakk, og for noen er det like vanskelig å bryte med denne vanen som det er for drankeren å slutte med rusdrikker. De som prøver å legge vekk slike stimulanser, merker til å begynne med et savn og vil ha vanskelig for å klare seg uten dem. {HOL 254.5}

Men dersom de er utholdende, vil de vinne over dette suget og slutte a føle savnet. Naturen kan nok kreve å bruke noe tid på å komme seg etter den mishandlingen den har vært utsatt for men dersom den får sjansen, vil den komme til kreftene igjen og utføre sine oppgaver slik det var meningen. {HOL 255.1}

Kapitel 27 - Salg av alkohol

«Ve ham som bygger sitt hus med urettferdighet og sine saler med urett, ... han som sier: Jeg vil bygge meg et rommelig hus og luftige saler! - og som hogger ut vinduer på det og paneler det med sedertre og maler det rødt. Er du konge fordi du overgår andre i å bygge av sedertre? ... Men dine øyne og ditt hjerte er ikke rettet på annet enn på vinning og på å utøse den uskyldiges blod og på å bruke vold og undertrykkelse.» Jer 22: 13-17 {HOL 256.1}

Spritselgeren

Dette skriftstedet beskriver det arbeidet som blir utført av dem som produserer og selger rusdrikk. Deres forretning er ikke annet enn røveri. For de pengene de får inn, gir de ikke noe tilsvarende igjen. Hver krone de legger til sin formue, har brakt forbannelse over kjøperen. {HOL 256.2}

Med stor gavmildhet har Gud gitt menneskene sine velsignelser. Tenk hvor lite verden ville ha kjent til fattigdom og nød dersom disse gavene var blitt brukt på rette måte! Det er menneskenes ondskap som forvandler hans velsignelser til forbannelse. Det er lysten til ekstra fortjeneste og en ustyrlig appetitt som har gjort at det korn og den frukt som var bestemt å være næring for mennesker, blir omgjort til en gift som bare bringer ødeleggelse og fordervelse med seg. Hvert år blir det drukket millioner av liter rusdrikk, og mennesker spanderer millioner for å kjøpe noe som fører til elendighet, fattigdom, sykdom, fordervelse, begjær, kriminalitet og død. Bare for a tjene penger lar spritselgeren sine kjøpere få det som forderver og ødelegger sinn og kropp. Han påfører drankerens familie fattigdom og elendighet. {HOL 256.3}

Når offeret er død, er det ikke dermed slutt på brennevinshandlerens overgrep. Han plyndrer enken og sender barna ut for å tigge. Han nøler ikke med å ta fra den forkomne familien det som er nødvendig for livets opphold, for å få betalt mannens og farens regninger. De stakkars barnas gråt og den fortvilte morens tårer får ham bare til å bli enda hardere mot dem. Hva bryr han seg vel om at disse lidende menneskene sulter? Hva vedkommer det vel ham om de blir drevet ut i elendighet og fortvilelse? Han blir rik av de små skjerver han klarer å få fra dem han fører ut i fortapelse. {HOL 257.1}

Bordeller og syndens buler, rettssaler, fengsler, fattighus, sinnssykehus og hospitaler er i stor grad fylt på grunn av sprithandlernes arbeid. På samme måte som det mystiske Babylon i Åpenbaringsboken handler han med «treller og menneskesjeler». Bak spritselgeren står den mektige sjeleødeleggeren, og han tar i bruk ethvert grep som jord og helvete kan tenke ut, bare for å føre mennesker inn under hans makt. I by og på land, på tog og skip, i forretninger, på fornøyelsessteder, på apotekene, ja, til og med på nattverdbordet i kirken har han satt sine snarer. Ikke noe er uprøvd når det gjelder å skape

og oppelske trangen til rusdrikker. På nesten hvert eneste hjørne er det skjenke stuer med strålende lys, et varmt velkommen og en høy stemning, som innbyr både arbeidskaren, den rike dagdriveren og den intetanende ungdommen. {HOL 257.2}

På private spisesteder og fasjonable hoteller blir damene servert populære drikker med et eller annet fint navn, men som allikevel er rusdrikker. De syke og utslitte blir tilbudt de bitre drikkene som det har vært så mye reklame for, men som også for en stor del er alkoholholdige. {HOL 257.3}

For å skape en trang til alkohol blant barn blir det solgt konfekt med alkohol i. Slik konfekt blir solgt i forretningene. Spritselgere gir slik konfekt til barna, og på den måten lokker han dem til å bli hans kunder. {HOL 258.1}

Denne virksomheten fortsetter dag etter dag, måned etter måned, år etter år. Fedre, ektemenn og brødre, nasjonens styrke og håp og stolthet, går jevnlig til disse skjenkestedene og kommer ut igjen som ødelagte menneske vrak. {HOL 258.2}

Og enda verre rammer denne forbannelsen selve hjemmets hjerte. Stadig oftere blir kvinner henfalne til alkohol. l mange familier er små barn, til og med uskyldige og hjelpeløse spedbarn, utsatt for fare på grunn av fordrukne mødres forsømmelse, mishandling og skammelige atferd. sønner og døtre vokser opp i skyggen av dette fryktelige onde. Hvilken annen utsikt kan de vel ha i framtiden enn å synke enda dypere enn foreldrene? {HOL 258.3}

Denne forbannelsen blir eksportert fra såkalte kristne land til hedningenes land. De stakkars uvitende og ville innfødte blir opplært til å drikke alkohol. Også blant hedningene finnes det fornuftige mennesker som innser faren og protesterer mot denne dødelige giften. Men forgjeves har de forsøkt å beskytte landet mot denne ødeleggelsen. Menn fra siviliserte nasjoner tvinger tobakk, brennevin og opium inn på disse hedenske folkeslagene. Når de ville får sine utøylete lidenskaper pirret av alkohol, synker de ned til ukjente dybder av last, og det blir en nesten håpløs oppgave å sende misjonærer til disse landene. {HOL 258.4}

Når hedningene kommer i kontakt med mennesker som burde ha gitt dem kunnskap om Gud, blir de forledet til laster som fører hele stammer og menneskeraser ut i ødeleggelse. Derfor blir mennesker fra siviliserte land hatet på slike mørke steder på jorden. , {HOL 259.1}

Menighetens ansvar

Alkoholomsetningen er blitt en verdensmakt. På sin side har den pengers, vanens og appetittens samlede krefter. Til og med i menighetene kan vi merke hvilken makt den har. Menn som enten direkte eller indirekte har tjent penger på alkoholomsetning,er

respekterte menighetsmedlemmer. Mange av dem gir store gaver til offentlig veldedighet. Det de gir er med på å opprettholde menigheten og lønne predikanter. De nyter godt av den aktelse som penger gir. Menigheter som tar imot slike medlemmer, støtter i virkeligheten alkoholomsetningen. Altfor ofte har ikke pastoren mot til å stå for det som er rett. Han forteller ikke menigheten hva Gud har sagt om dem som selger alkohol. Dersom de talte uten å legge noe imellom, ville de komme til å støte menigheten, ofre sin egen popularitet og miste sin lønn. {HOL 259.2}

Men Guds domstol står over menighetstukt. Han som sa til den første morderen: «Røsten av din brors blod roper til meg fra jorden» (l M 4: 10), vil ikke ta imot rusdrikkselgerens gaver på sitt alter. Hans vrede er tent mot dem som forsøker å dekke over sin skyld med en kappe av veldedighet. Pengene deres er merket av blod. Det hviler en forbannelse over dem. {HOL 259.3}

Drankeren har muligheter i seg til leve et bedre liv. Han er blitt betrodd talenter som han kunne bruke til Guds ære og til velsignelse for verden. Men hans medmennesker har lagt en snare for hans sjel, og de selv er blitt rike på hans undergang. De har levd i luksus og overflod, mens de stakkars ofrene som de har røvet fra, har måttet leve i fattigdom og elendighet. Men Gud vil stille til ansvar dem som har vært med på å ødelegge drankerens liv. Han som hersker i himmelen, har ikke mistet av syne den første årsak til den siste virkning av drukkenskapen. Han som har omsorg for spurven og kler gresset på marken, vil ikke gå forbi dem som er skapt i hans eget bilde og kjøpt med hans eget blod, uten at han legger merke til deres rop om hjelp. Gud legger merke til all ondskap som fører til kriminalitet og elendighet. {HOL 260.1}

Verden og menigheten viser kanskje stor respekt for den mannen som har samlet seg rikdom ved å ødelegge mennesker. De smiler kanskje vennlig til ham som skritt for skritt har ledet mennesker ut i skam og fornedrelse. Men Gud ser alt dette og kommer til å felle en rettferdig dom. Rusdrikkselgeren blir kanskje sett på som en god forretningsmann i verdens øyne, men Herren sier: «Ve ham!» Han vil bli anklaget for all den håpløshet, elendighet og lidelse som har kommet inn i verden på grunn av alkohol. Han vil måtte svare for det savn og den ulykke som mødre og barn har måttet lide på grunn av mangel på mat, klær og bolig, og som har mistet alt håp og glede i livet. Han vil måtte svare for de sjeler han har sendt uforberedt inn i evigheten. Og de som støtter rusdrikkhandleren i hans arbeid, er skyldige sammen med ham. Det er til dem Gud sier: «Deres hender er fulle av blod.» {HOL 260.2}

Bevilling

Det er mange som hevder at for å kunne begrense drikkeondet, må man dele ut bevilling til dem som skal få lov til å selge alkohol. Men å gi bevilling til et slikt salg er bare å sette det under lovens beskyttelse. Staten godkjenner at det finner sted og er på den

måten med på å fremme det ondet som den sier at den er med på å bekjempe. Under myndighetenes beskyttelse blir det opprettet bryggerier, brennerier og vinproduksjon utover hele landet, og den som selger alkohol driver sin forretning like utenfor døren vår. {HOL 261.1}

Ofte er det forbud mot å selge alkohol til en som er full eller er kjent som alkoholiker, men arbeidet for å gjøre ungdommen til drankere får lov å fortsette. Hele alkoholomsetningen er avhengig av at de unge får lyst til å drikke. De unge blir forledet skritt for skritt inntil drikkevanen er grunnlagt og det er skapt en tørst som må slukkes koste hva det koste vil. Det ville være mindre skadelig å la den som allerede er avhengig av alkohol, få det han ønsker enn å tillate at blomsten av vår ungdom blir ført til undergang av denne fryktelige lasten. {HOL 261.2}

Når man gir bevilling til salg av alkohol, vil de som ønsker å endre på sin vane, stadig måtte møte fristelsen. Man har opprettet institusjoner hvor ofrene av drukkenskap kan få hjelp til å overvinne avhengigheten av alkohol. Dette er et flott arbeid, men så lenge loven beskytter salg av rusdrikk, kan de som er henfalne til drikk, bare ha liten nytte av slike institusjoner. De kan jo ikke bli der all sin tid. De må atter ta sin plass i samfunnet. Selv om de har klart å undertvinge lysten til rusdrikk, er den ikke helt ødelagt, og når fristelsen kommer over dem igjen, som den gjør hvor de enn snur seg, er de altfor ofte et lett bytte. {HOL 261.3}

Den som eier et farlig dyr og lar det gå løs til tross for at han vet hva det kan komme til å gjøre, blir av landets lover hold ansvarlig for den skade et slikt dyr måtte ha voldt. I de lover som Herren gav Israel, bestemte han at når et dyr som en visste var farlig, var skyld i et annet menneskes død, skulle eieren bøte med livet for sin uforsiktighet eller ondskap. Etter samme prinsipp burde myndighetene, som støtter alkoholomsetningen ved å dele ut bevillinger, være ansvarlig for de følger den har. Og dersom det er dødsstraff for å la et farlig dyr gå løs, så må det jo være enda verre å gi sin samtykke til at det blir solgt alkohol! {HOL 261.4}

Det blir gitt tillatelse til å selge alkohol med den begrunnelse at salget gir det offentlige inntekter i form av avgifter. Men hva er disse inntektene sammenlignet med de enorme kostnadene en har for å rette opp den skaden alkoholen er skyld i, som forbrytelser, sinnssykdom og fattigdom? Når en mann som har begått en forbrytelse under påvirkning av alkohol, blir brakt inn for retten, vil de som har legalisert alkoholomsetningen, måtte behandle resultatene av sitt eget verk. De tillot salg av en drikk som har fått et fornuftig menneske til å gå fra vettet, og nå blir det nødvendig å sende denne mannen til fengslet eller galgen, mens bans kone og barn ofte blir overlatt til fattigdom og blir en økonomisk byrde for samfunnet der de bor. {HOL 262.1}

Tenk over hvor latterlig det er å tillate en slik forretning bare fordi den skaffer inntekter! Hvilken inntekt er i stand til å erstatte det tap av menneskelig fornuft, den vansiring og fordreining av Guds bilde i mennesket og den ruin som rammer barna i form av fattigdom og elendighet og ved å legge ned i dem fedrenes onde tilbøyeligheter? {HOL 262.2}

Forbud

Den som er blitt avhengig av rusdrikk, er i en fortvilet situasjon. Hjernen har tatt skade, og viljekraften er svekket. Han har i seg selv ingen kraft til å styre sin lyst. Man kan ikke snakke ham til fornuft eller overtale ham til å fornekte seg selv. Hvis en mann som har bestemt seg for å slutte å drikke, blir dratt med inn i lastens huler, blir han drevet til å gripe glasset igjen, og ved første smak av alkohol blir alle gode forsetter feid vekk og hver gnist av viljekraft slukket. En eneste slurk av denne rusdrikken driver på flukt all tanke på de farlige konsekvensene. Den sønderknuste konen er glemt. Den fordrukne faren bryr seg ikke lenger om at barna er sultne eller fryser. Ved å legalisere denne omsetningen gir loven sitt samtykke til at sjelen ødelegges og nekter å stanse en virksomhet som fyller verden med ondskap. {HOL 262.3}

Må dette virkelig fortsette? Skal mennesker alltid måtte kjempe om seier mens fristelsens dør står på vidt gap foran dem? Skal drukkenskapens forbannelse alltid hvile som en mare over den siviliserte verden? Skal den år etter år fortsette å feie som en fortærende ild over tusener av lykkelige hjem? Hvis noen står på land og ser er skip forlise, blir de ikke stående likegyldige og se på. De setter livet på spill for å forsøke å redde menn og kvinner fra en våt grav. Hvor mye ivrigere burde vi ikke være for å redde mennesker fra drankerens skjebne! {HOL 262.4}

Det er ikke bare drankeren og hans familie som lider på grunn av alkoholomsetningen, og heller ikke er økte skatter det eneste onde denne virksomheten påfører samfunnet. Vi er alle vevd sammen i en menneskehet. Et onde som rammer en del av denne store familien, er en fare for os alle. {HOL 263.1}

Mange som av pengebegjær eller bekvemmelighetshensyn ikke har villet gjøre noe for å begrense alkoholomsetningen, innser altfor sent at den angår også dem. De får se at også deres egne barn blir rammet og ødelagt. Lovløsheten har tatt overhånd. Formuen står i fare. Livet er blitt utrygt. Antallet ulykker på sjø og på land øker. Sykdommer som følge av et utsvevende og kriminelt levesett rammer sønner og døtre fra velstående og dannede hjem. {HOL 263.2}

Det finnes ikke noen som ikke får satt sine interesser på spill på grunn av alkoholomsetningen. Det finnes ikke noen som for sin egen sikkerhets skyld ikke burde sette seg fore å stanse den. {HOL 263.3}

Framfor alle andre som bare har med verdslige anliggender å gjøre, burde de som sitter i lovgivende forsamlinger og de som arbeider i rettssaler, være fri for drukkenskapens forbannelser. Guvernører, senatorer, folkevalgte, dommere, menn som skal vedta og forvalte et lands lover, alle som våker over sine medmenneskers liv, navn og eiendom, bør være strengt avholdende. Bare da kan de skille mellom rett og urett. Bare da kan de være prinsippfaste og ha den nødvendige visdom for å handle rett og vise barmhjertighet. Men hvordan er det? Hvor mange av disse mennene er det ikke som har et uklart sinn og som har forvirrede forestillinger om rett og urett fordi de har drukket! Hvor mange undertrykkende lover er ikke blitt vedtatt, hvor mange uskyldige er ikke blitt dømt til dødeu på gruuu av den urettferdighet rusdrikk har skapt hos lovgivere, vitner, jurymedlemmer, advokater og til og med dommere! Det er mange som «er helter til å drikke vin og dyktige til å blande sterk drikk», som «kaller det onde godt og det gode ondt», som «gir rett til den som har urett, og tar retten fra de rettferdige.» Om slike sier Gud: {HOL 263.4}

Guds ære og nasjonens, samfunnets og den enkeltes velferd krever at alle anstrengelser blir gjort for å vekke folk til å forstå hvilket onde drukkenskap er. Snart vil vi få se konsekvensene av dette fryktelige ondet på en måte vi ikke ser nå. Hvem vil være med og gjøre en kraftanstrengelse for å stanse ødeleggelsene? Kampen har knapt begynt ennå. La oss danne en hær for å stanse salget av denne drikken som gjør menneskene gale. Fortell klart og tydelig om alkoholskadene, og skap en opinion som forlanger at dette må bli forbudt. Gi dem som er treller under drukkenskapen en sjanse til å bli fri. La det lyde en røst fra hele nasjonen om at landets lovgivere må sette en stopper for denne avskyelige virksomheten. {HOL 264.1}

HJEMMET

Kapitel 28 - Arbeid i hjemmet

Livet er en skole hvor foreldre og barn skal forberede seg for å rykke opp i i en høyere skole i Guds boliger {HOL 265.1}

Arbeidet med å gjenopprette og høyne menneskeheten begynner i hjemmet. Å være foreldre er viktigere enn alt annet arbeid. Samfunnet består av familier og er slik familienes overhoder gjør det til. Fra hjertet utgår livet (Ord 4:23), og samfunnets, menighetens og nasjonens hjerte er familien. Et sunt samfunn, en framgangsrik menighet og en nasjons velstand er avhengig av hjemmets innflytelse. {HOL 265.2}

Hvor viktig hjemmet er og hvor store muligheter som finnes der, er best. illustrert gjennom Jesu liv. Han som kom fra himmelen for å være vårt eksempel og vår lærer, tilbrakte tretti år av sitt liv i en familie i Nasaret.. Bibelen.forteller ikke mye om disse årene. Ingen mektige mirakler tiltrakk seg folkets oppmerksomhet. Ingen ivrig flokk fulgte hans skritt eller lyttet til hans ord, og allikevel utførte han i alle disse årene sin guddommelige misjon. Han levde som en av oss, tok del i familielivet, rettet seg etter hjemmets regler, utførte dets plikter og bar dets byrder. Han «gikk fram i alder og i velvilje hos Gud og hos mennesken, (Luk 2:52) i ly av et fattig hjems beskyttelse, hvor han tok del i hverdagslivets erfaringer. {HOL 265.3}

I alle disse årene uten noen oppmerksomhet strømmet det ut vennlighet og hjelpsomhet fra hans liv. Han var uegennyttig, tålmodig og utholdende, modig, trofast, standhaftig overfor fristelser, alltid fredsommelig og glad i det stille og rolige, og alt dette var til oppmuntring for andre. Han brakte en ren og velduftende atmosfære inn i hjemmet, og livet hans virket som en surdeig i samfunnet. Ingen sa at han hadde utført et mirakel, men fra ham strømmet en kraft - kjærlighetens helbredende og livgivende kraft - ut til de fristede, de syke og de mismodige. Helt fra han var et lite barn, var han på en stille måte til hjelp for andre, og det gjorde at mange lyttet til ham med glede da han begynte sin offentlige virksomhet. {HOL 265.4}

Frelserens tidligste år er ikke bare et eksempel for de unge. De inneholder en lærdom som burde være til oppmuntring for alle foreldre. Familiekretsen og nabolaget burde være det første stedet vi burde gjøre en innsats om vi ønsker å bedre forholdene for våre medmennesker. Det finnes ikke noen viktigere arbeidsmark enn den som er betrodd hjemmets grunnleggere og voktere. Ikke noen oppgave som er betrodd mennesker, innbefatter større og mer vidtrekkende følger enn det arbeidet som er gitt til fedre og mødre. {HOL 266.1}

De unge og barna i dag vil bestemme hvordan fremtidens samfunn kommer til å bli, og hva disse unge og barn skal bli, avhenger av hjemmet. Storparten av den sykdom, elendighet og kriminalitet som ligger som en forbannelse over menneskene i dag, kan spores tilbake til en mangelfull oppdragelse i hjemmet. Dersom livet i hjemmet var rent og godt, og dersom barna som kom fra slike hjem, var beredt til å møte livets ansvar og farer, ville det bli en ganske annen verden! {HOL 266.2}

For å hjelpe slike som er blitt offer for onde vaner, blir det gjort store anstrengelser og brukt penger i nesten ubegrensede mengder til tiltak og institusjoner. Men alt dette er allikevel ikke nok for å fylle det store behovet. Se hvor små resultatene er og hvor få det er som finner varig hjelp! {HOL 266.3}

Svært mange mennesker lengter etter et bedre liv, men de mangler det mot og den besluttsomhet som trengs for å bryte vanens makt. De viker tilbake for den anstrengelse, den kamp og det offer som kreves, og deres liv blir ødelagt og ruinert. Slik blir til og med de med de skarpeste hjerner, med høye mål og store evner, som ellers av naturen og ved sin utdannelse er skikket til å være betrodd ansvarsfulle stillinger, til ingen nytte, og de er fortapt både for dette og det kommende livet. {HOL 266.4}

De som virkelig gjennomfører en forandring på dette området, møter en bitter kamp for å gjenvinne sitt menneskeverd. Mange vil gjennom hele livet høste frukten av det onde de selv har sådd ved en ødelagt konstitusjon, en vaklende vilje, et svekket intellekt og en nedsatt sjelsstyrke. Hvor mye mer ville de ikke ha kunnet utføre dersom de hadde motstått det onde fra begynnelsen av! {HOL 267.1}

Denne oppgaven hviler i stor grad på foreldrene. Dersom det i arbeidet med å stanse drukkenskap og andre onder som sprer seg som kreft i samfunnet, ble lagt større vekt på å lære foreldrene hvordan de skulle forme barnas vaner og karakter, vil det utrette hundre ganger så mye godt. Vaner, som er en så fryktelig makt til det onde, kan bli gjort til en makt til det gode. Dette er selve kilden, og det er foreldrenes oppgave å lede strømmen i riktig retning. {HOL 267.2}

Det er mulig for foreldre å legge grunnvollen til et sunt og lykkelig liv for sine barn. De kan sende dem ut fra hjemmet med moralsk styrke til å motstå fristelser og med mot og kraft til å ta opp kampen med livets problemer. De kan inspirere dem med en fast beslutning og utvikle hos dem en styrke som kan gjøre livet deres til ære for Gud og til velsignelse .for verden. De kan lede deres føtter inn på rette stier, som gjennom solskinn og skygge fører dem til himmelens herlige mål. {HOL 267.3}

Hjemmets ansvar strekker seg lenger enn til dets egne medlemmer. Det kristne hjemmet bør være et eksempel for andre, Som viser hvilken verdi som ligger i ekte livsprinsipper. Det vil bli en kraft til det gode i verden. Den innflytelsen som kommer fra

et godt hjem; virker mye sterkere på menneskers hjerter og liv enn noen preken kan gjøre. Unge som kommer fra slike hjem, deler med andre hva de selv har lært. Høyere livsprinsipper blir ført inn i andre hjem, og samfunnet merker en opphøynende innflytelse. {HOL 267.4}

Det er også mange andre vi kunne gjøre våre hjem til en velsignelse for. Vi burde ikke la verdens skikker diktere våre sosiale sammenkomster, men Kristi Ånd og undervisningen i hans ord. Til sine fester inviterte israelittene de fattige, de fremmede og levittene, som var både prestens medhjelpere i helligdommen, religionslærere og misjonsarbeidere. Disse ble sett på som folkets gjester, som skulle nyte godt av deres gjestfrihet ved enhver selskapelighet og ved de religiøse festene, og når de var syke eller i nød, skulle de vise dem omsorg og vennlighet. Det er slike som disse vi bør ønske velkommen i våre hjem. Hvor mye kunne ikke et slikt velkommen bety for å glede og oppmuntre en sykepleier, en lærer, en bekymret og sliten mor eller svake og gamle, som ofte ikke har noe hjem, og som må stri med fattigdom og vanskeligheter. {HOL 268.1}

«Når du gjør gjestebud til middag eller kvelds,» sa Jesus, «skal du ikke be venner og brødre og slektninger eller rike naboer. For da vil de be deg igjen, og du får gjengjeld. Men når du gjør gjestebud, da innby fattige, vanføre, lamme, blinde. Da skal du være salig. For de har ikke noe å gi deg igjen. Men du skal få det igjen i de rettferdiges oppstandelse.» Luk 14: 12-14. {HOL 268.2}

Slike gjester vil det ikke koste deg mye strev å ta imot. Du trenger ikke lage noen kostbar eller flott underholdning for dem. Du trenger ikke anstrenge deg for lage stor stas for dem. Den varme som ligger i et hjertelig velkommen, en plass foran peisen, en stol ved hjemmets bord og gleden ved å få være til stede ved familiens andakt ville for disse være som en forsmak av himmelen. {HOL 268.3}

Vår omsorg må strekke seg lengre enn til oss selv og vår egen familiekrets: Det finnes dyrebare anledninger for dem som vil la sitt liv bli til velsignelse for andre. Den innflytelse som ligger i omgang med andre, er en vidunderlig makt. Dersom vi ønsker det, kan vi bli til stor hjelp for dem omkring oss. {HOL 268.4}

Våre hjem burde være et tilfluktsted for unge som er utsatt for fristelser. Det er mange som står ved veiskillet, og hver innflytelse og hvert inntrykk bestemmer det valg som er avgørende for deres skjebne både i dette liv og i det kommende. Det onde lokker dem og lyser innbydende fra sine tilholdssteder. De byr enhver velkommen. Overalt omkring oss finnes det ungdom uten hjem, eller som har hjem uten noen styrkende og høynende innflytelse, og ungdommen blir drevet av gårde med det onde. De går sin undergang i møte like utenfor våre egne dører. {HOL 269.1}

Disse unge trenger en hånd som er strukket ut mot dem i sympati. Enkle, vennlige ord og litt oppmerksomhet vil feie bort de fristelsens skyer som formørker sjelen deres. En ekte gudgitt sympati har kraft til å åpne hjerter som trenger duften av Kristi ord og en øm berøring av Kristi kjærlighets ånd. Dersom vi ville vise interesse for de unge, invitere dem hjem og omgi dem med en innflytelse som kan være til hjelp og oppmuntring for dem, vil mange med glede gå inn på den stien som fører oppover. {HOL 269.2}

Livets anledninger

Den tid vi har her, er kort. Vi går gjennom denne verden bare en gang. La oss derfor få mest mulig ut av livet. Det arbeidet vi er kalt til å utrette, krever ikke rikdom, en høy stilling eller store evner. Det som trengs, er en vennlig, oppofrende holdning og en fast beslutning. En lampe som stadig blir holdt brennende,kan tenne mange andre lamper, samme hvor liten den måtte være. Vår innflytelsessfære kan virke trang, våre evner små, våre muligheter få og våre talenter begrensede, men allikevel åpner det seg for oss vidunderlige muligheter dersom vi bare trofast gjør bruk av de anledninger vi har i våre egne hjem. Der som vi åpner våre hjerter og våre hjem for de guddommelige livsprinsipper, kan vi bli som kanaler hvor den livgivende kraften strømmer gjennom. Fra våre hjem vil det flyte helbredende strømmer som bringer liv, skjønnhet og vekst der hvor det nå er øde og dødt. {HOL 269.3}

Kapitel 29 - Ekteskapet

Han som gav Eva til Adam som medhjelper, utførte sitt første mirakel ved en bryllupsfest. I festsalen, hvor slekt og venner gledet seg sammen, begynte Jesus sin offentlige virksomhet. Slik godkjente han ekteskapet og anerkjente det som den institusjon han selv hadde innstiftet. Han bestemte at menn og kvinner skulle forenes i hellige ekteskap for å grunnlegge familier, og medlemmene av disse familiene skulle krones med heder og bli anerkjent som medlemmer av den himmelske familie. Kristus hedret ekteskapet ved å gjøre det til et symbol på forholdet mellom ham og de frelste. Han er selv brudgommen. Bruden er menigheten, hans utvalgte, og om denne sier han: «Alt er fagert ved deg, min kjæreste. Det er ikke noen lyte på deg.» Høys 4:7. {HOL 270.1}

«Kristus elsket menigheten og gav seg selv for den ... at den kunne være hellig og ulastelig. Slik skylder også mennene å elske sine hustruer.» Ef 5:25-28. {HOL 270.2}

Familiebåndet er det næreste, det ømmeste og det helligste av alle jordiske bånd. Det er beregnet på å skulle være til velsignelse for menneskene, og det er til velsignelse for alle som går inn i ekteskapet med forstand, i gudsfrykt og med den nødvendige forståelsen av det ansvar ekteskapet medfører. De som tenker på å gifte seg, bør også tenke på hvilken karakter og innflytelse som kommer til å prege det hjemmet de legger grunnvollen til. Barnas velferd i denne verden og den lykke de kan få oppleve i den kommende, er i stor grad avhengig av dem. De bestemmer i avgjørende grad både det fysiske og det moralske preg som de små skal bære. Hele samfunnets tilstand er avhengig av hjemmets karakter, og hver eneste families innflytelse virker enten høynende eller fornedrende. {HOL 270.3}

Når en velger en livsledsager, bør en se etter det som kan være til fysisk, mental og åndelig nytte for foreldre og barn slikt som kan sette dem i stand til å være til velsignelse for med mennesker og til ære for Skaperen. {HOL 271.1}

Før unge menn og kvinner tar på seg det ansvar som ekteskapet medfører, burde de ha erfaring fra det praktiske liv som kan gjøre dem skikket til a bære ekteskapets plikter og byrder. Tidlige ekteskap er ikke a anbefale. En forbindelse som er så betydningsfull som ekteskapet, som er så vidtrekkende i sine følger, må en ikke forhaste seg med å gå inn i uten å være tilstrekkelig forberedt og før mentale og fysiske krefter er ferdig utviklet. {HOL 271.2}

Det kan være at de som gifter seg ikke har noen jordisk rikdom, men de bør eie en velsignelse som er langt større, nemlig god helse. I de fleste tilfeller bør det heller ikke være for stor aldersforskjell. Hvis en ikke tar hensyn til denne regelen, kan resultatet bli stor skade på helsen til den yngste av de to, og ofte får ikke barna nødvendig fysisk og

mental styrke. De kan ikke av en gammel far eller mor få den hjelp og omsorg som deres unge liv med rette har krav på, og dessuten kan den ene av foreldrene bli revet bort av døden akkurat i en tid da barna aller mest trenger kjærlighet og ledelse. {HOL 271.3}

Det er bare i Kristus at en trygt kan inngå en ekteskapspakt. Menneskelig kjærlighet må knytte sine aller næreste bånd gjennom guddommelig kjærlighet. Bare der Kristus rår trives deu dype, sanne og uselviske hengivenheten. {HOL 271.4}

Kjærlighet er en dyrebar gave fra Jesus. Ren og hellig hengivenhet er ikke en følelse, men et prinsipp. De som blir drevet av sann kjærlighet, handler verken ufornuftig eller blindt. De blir ledet og undervist av Den Hellige Ånd og elsker Gud over alt annet og sin neste som seg selv. {HOL 271.5}

De som har planer om å gifte seg, bør veie enhver følelse og merke seg utviklingen av karaktertrekk hos den de tenker å knytte sin livsskjebne til. Hvert skritt i retning av ekteskap bør være preget av sømmelighet, enkelhet, oppriktighet og en fast bestemmelse om å ære Gud og gjøre hans vilje. Ekteskapet har konsekvenser både for dette livet og livet etterpå. En oppriktig kristen vil aldri legge planer som ikke Gud kan godkjenne. {HOL 272.1}

Dersom du er velsignet med gudfryktige foreldre, så søk råd hos dem. Legg fram for dem ditt håp og dine planer, og ta imot den undervisning deres livserfaring har lært dem. Da vil du unngå mange sorger. Og framfor alt: Gjør Kristus til din rådgiver. {HOL 272.2}

Studer hans ord under bønn.

Under en slik veiledning bør en ung kvinne velge som sin livsledsager bare en som eier rene, mandige karaktertrekk, en som er flittig, framtidsrettet og ærlig, en som elsker og frykter Gud. Og den unge mannen bør søke en til å stå ved sin side som er i stand til å bære sin del av livets byrder, en som gjennom sin innflytelse vil foredle og utvikle ham, og som vil gjøre ham lykkelig ved sin kjærlighet. {HOL 272.3}

«En forstandig hustru er en gav», fra Herren.» «Hennes manns hjerte stoler på henne. ... Hun gjør ham godt og intet ondt alle sitt livs dager.» «Hun åpner sin munn med visdom, og kjærlig formaning er på hennes tunge. Hun holder øye med hvordan det går til i hennes hus, og dovenskaps brød eter hun ikke. Hennes sønner står opp og priser henne lykkelig. Hennes mann står opp og roser henne: Mange dyktige kvinner finnes, men du overgår dem alle!» Han som har funnet en slik hustru, «har funnet lykke, og har fått en god gave fra Herren.» Ord 19:14; 31:11,12,26-29; 18:22. {HOL 272.4}

Selv om en har vært forsiktig og klok når en har gått inn i ekteskapet, så er det allikevel bare få par som virkelig er knyttet sammen når ekteskapssermonien er over. Den virkelige foreningen mellom de to skjer først i løpet av årene som følger. {HOL 273.1}

Når livet med dets byrder av sorger og prøvelser møter de nygifte, forsvinner den romantikken som fantasien så ofte omgir ekteskapet med. Mann og kvinne lærer å kjenne hverandres karakter på en måte som ikke var mulig når de var sammen tidligere. Dette er den mest kritiske tiden i deres erfaring. Hele deres framtidige livs lykke og mening er avhengig av den kursen de nå velger å følge. Ofte oppdager de hos hverandre overraskende svakheter og brist, men hjerter som er knyttet sammen i kjærlighet, vil også oppdage ypperlige trekk som de ikke visste om på forhånd. Alle bør prøve å finne gode sider istedenfor å prøve å finne mangler. Det er ofte vår egen innstilling, den atmosfære vi omgir oss med, som avgjør hvilke trekk en annen vil åpenbare for oss. Mange mener at det er en svakhet å la kjærligheten komme til uttrykk, og de tar på seg en reservert holdning som virker avvisende på andre. En slik ånd stenger for all sympati. Når sosiale og høysinnede impulser blir undertrykket, visner de hen, og hjertet blir øde og kaldt. Vi burde vokte oss for et slikt feiltrinn. Kjærligheten kan ikke leve lenge om den ikke får komme til uttrykk. La ikke hjertet til den som lever sammen med deg, hungre av mangel på vennlighet og sympati. {HOL 273.2}

Selv om det oppstår vanskeligheter, prøvelser og nederlag, så ma verken han eller hun gi rom for tanken at ekteskapet deres var et feilgrep eller en skuffelse. Bestem dere for å være så mye som muhg for hverandre. Fortsett å vise hverandre den oppmerksomheten som dere gjorde i begynnelsen. Gi hverandre oppmuntring på alle mulige måter når. livets kamper stormer. Gjør hva dere kan for å øke hverandres lykke. Vis gjensidig kærlighet, gjensidig overbærenhet. Da vil ekteskapet bli selve innledningen til kjærligheten istedenfor å danne avslutningen til den. Den varme som ligger i et sant vennskap, og den kjærlighet som knytter et hjerte til et annet, er en forsmak på himmelens gleder. {HOL 273.3}

Omkring enhver familie er det en hellig sirkelen som ikke må brytes. Innenfor denne sirkelen har ingen rett til å komme. Verken mann eller hustru må tillate at noen får del i den fortroligheten som bare tilhører dem. {HOL 274.1}

Begge må yte kjærlighet og ikke bare kreve. Gi rom for det som er rent hos deg selv, og vær snar til å oppdage de gode egenskapene hos den andre. Bevisstheten om å bli verdsatt er i høy grad stimulerende og tilfredsstillende. Sympati og respekt oppmuntrer oss til å strebe etter noe bedre, og kjærligheten blir i seg selv sterkere når den styrer mot høyere mål. {HOL 274.2}

Verken han eller hun må la sin personlighet drukne i den andres. Hver av dem står i et personlig forhold til Gud. Hver for seg må de spørre ham: «Hva er rett?» «Hva er galt?»

«Hvordan kan jeg best fylle hensikten med livet mitt?» La kjærlighetens rikdom strømme ut til ham som gav sitt liv for deg. La Kristus være den første, den siste og den beste i alt. Når kjærligheten til ham blir dypere og sterkere, vil også den kjærligheten dere har til hverandre, bli renset og styrket. {HOL 274.3}

Den innstillingen Kristus har til oss, er den mann og hustru bør ha overfor hverandre. «Vandre i kjærlighet, likesom også Kristus elsket oss.» «Likesom menigheten underordner seg under Kristus, så skal også hustruene underordne seg under sine menn i alle ting. Dere menn! Elsk deres hustruer, likesom Kristus elsket menigheten og gav seg selv for den.» Ef 5:2,24,25. {HOL 274.4}

Verken mann eller hustru må prøve å øve en vilkårlig kontroll,over den andre. Du må ikke prøve å tvinge den andre til å rette seg etter dine ønsker. Du kan ikke gjøre det og samtid beholde den andres kjærlighet. Vær vennlig og overbærende, omtenksom og respektfull. Ved Guds nåde kan dere lykkes i å gjøre hverandre lykkelige, slik dere lovte hverandre da dere ble gift. {HOL 274.5}

Gleden ved uselvisk tjeneste

Men husk at lykken består ikke i at dere helt og holdent går opp i dere selv og øser all kjærlighet bare over hverandre. Benytt enhver anledning til å øke lykken også blant dem dere omgas. Husk at sann glede bare finnes i uselvisk tjeneste for andre {HOL 275.1}

Overbærenhet og uselviskhet vil prege ord og handlinger hos alle som lever det nye livet i Kristus. Dersom dere søker å leve livet I ham, dersom dere anstrenger dere for å seire over selvet og egoismen og a hjelpe andre i deres nød, kommer dere til å vinne seier etter seier. Slik vil den innflytelsen dere øver være til velsignelse for verden. {HOL 275.2}

Menn og kvinner kan oppnå det ideal Gud har satt opp for dem,. dersom de vil ta Kristus med på råd. Det som menneskelig visdom ikke kan utrette, vil han gjøre for dem som i kjærlig hengivenhet overgir seg til ham. Han vil gjøre slik at hjerter blir knyttet sammen med bånd av himmelsk opprinnelse. Da vil ikke kjærligheten bestå bare av å si hverandre ømme og smigrende ord. Den himmelske vevstol vever stoff som er finere og allikevel sterkere enn det som kan lages på noen jordisk vevstol. Resultatet er ikke et stoff som forgår, men som er slik at det vil tåle slit, prøvelser og vanskeligheter. Hjerte vil bli knyttet til hjerte med kjærlighetens gyldne bånd som aldri brytes. {HOL 275.3}

Kapitel 30 - Hvor og hvordan er det best å bo?

Evangeliet kan på en enkel måte gjøre livets problemer enklere. Dersom undervisningen i det ble fulgt, ville mange vanskeligheter bli løst og mange feilgrep unngått. Det lærer oss å plassere tingene i forhold til deres egentlige verdi og a legge størst vekt på det som er av størst betydning - det som skal bestå. Alle som tar på seg ansvaret å stifte hjem, bør ta denne lærdommen til inntekt. De må ikke tillate seg å miste av syne det høyeste av alle mål. De må huske at hjemmet her på jorden skal være et symbol på og en forberedelse til hjemmet i himmelen. Hjemmet er en forberedende skole, og fra denne skolen skal foreldre og barn rykke opp i den høyere skole i Guds boliger. La dette være avgjørende når dere skal velge stedet hvor hjemmet skal bygges. Bli ikke styrt av ønsket om rikdom, av motens krav eller av skikk og bruk, men ta hensyn til det som best vil kunne fremme nøysomhet, renhet, helse og virkelige verdier. {HOL 276.1}

Overalt i verden finnes det byer med all slags last. Pa alle kanter kan en se og høre det som er ondt. Overalt møter øyet det som lokker lidenskaper og frister til utsvevelser. Bølgen av korrupsjon og kriminalitet vokser seg stadig større. Hver dag kan vi høre beretninger om vold - ran, mord, selvmord og forbrytelser vi ikke engang vil nevne. {HOL 276.2}

Livet i byene er falskt og kunstig. Den intense jakten etter penger, trangen til spenning og fornøyelser, tørsten etter forfengelighet, luksus og overdådighet, drar sinnet bort fra livets sanne hensikt hos de aller fleste mennesker. De åpner døren for utallige onder, og dette virker med en nesten uimotståelig kraft på de unge. {HOL 277.1}

En av de mest lumske og farlige fristelsene som lurer på barn og ungdom i byene, er de mange fornøyelsene. Det er mange fridager. Spill og veddeløp trekker tusener, og spenningens og forlystelsens malstrøm river dem vekk fra livets alvorlige plikter. Penger som kunne ha vært brukt til bedre formål, blir kastet bort på foruøyelser. . {HOL 277.2}

På grunn av «trustenes» virksomhet og de følger fagforeninger og streiker fører med seg, blir det stadig vanskeligere å bo i byene. Det ligger alvorlige vanskeligheter foran oss, og mange familier vil finne det nødvendig å flytte ut av byene. De fysiske forhold i byene er ofte en fare for helsen. Det at man stadig kan komme i berøring med sykdom, den altfor dårlige luften, urent vann, urene matvarer og overbefolkede, mørke og usunne boliger er noen av de mange onder en møter. {HOL 277.3}

Det var ikke Guds hensikt at menneskene skulle pakkes sammen i byer og stuves inn i blokker og leiegårder. I begynnelsen satte han våre første foreldre der hvor de kunne se og høre det som han ønsker at også vi skal glede oss over i dag. {HOL 277.4}

Jo bedre vi kommer i harmoni med Guds opprinnelige plan, desto heldigere er vi stillet når det gjelder å sikre seg fysisk, mental og åndelig helse. {HOL 277.5}

En kostbar bolig, flotte møbler, overdådighet, luksus og makelighet er ikke noen absolutt betingelse for å få et lykkelig og nyttig liv. Jesus kom til denne jorden for å utføre den største oppgaven som noen gang er pålagt et menneske. Han kom som Guds sendebud for å vise oss hvordan vi skal leve for å få mest mulig ut av livet. Hvilke forhold var det den evige Far valgte for sin Sønn? Et ensomt hjem mellom fjellene i Galilea, en familie som underholdt seg ved ærlig og respektabelt arbeid, et nøysomt liv, en daglig kamp mot vanskeligheter og prøver, selvoppofrelse, en stram økonomi, en tålmodig og tilfreds tjeneste, undervisningen ved sin mors føtter med Skriftens åpne bokrull foran seg, stillhet ute i det grønne i demringens eller skumringens timer, naturens hellige påvirkning, studiet av skaperverket og skaperens ledelse og sjelens samfunn med Gud slik var de forhold og de muligheter Jesus levde under i sin oppvekst. {HOL 278.1}

Det samme har vært tilfelle med storparten av de beste og edleste menn opp gjennom alle tider. Les historien om Abraham, Jakob, Josef, Moses, David og Elisa. Studer livet til menn i senere tider, som på en verdig måte har hatt betrodde og ansvarsfulle stillinger, menn som gjennom sin innflytelse har vært med på å løfte menneskeheten opp. {HOL 278.2}

Det var mange av disse som fikk sin oppdragelse i hjem ute på landet. De kjente lite til luksus. De brukte ikke ungdomstiden sin til fornøyelser. Mange av dem var nødt til å kjempe mot fattigdom og vanskeligheter. De lærte seg tidlig å arbeide, og den aktiviteten de hadde ute i det fri, gav kraft og styrke til alle deres evner. Fordi de var tvunget til å stole på egne ressurser, lærte de å bekjempe vanskeligheter og overvinne hindringer samtidig som de utviklet mot og utholdenhet. De lærte seg også selvtillit og selvbeherskelse. De var i stor grad beskyttet mot dårlige venner, og de følte seg tilfreds med naturlige fornøyelser og gode kamerater. De levde et enkelt liv og var avholdende i sine vaner. De fulgte sine prinsipper og vokste opp rene og sterke og rettskafne. Når de tok fatt på sin livsoppgave, gikk de fram i fysisk og mental styrke, og de eide en åndelig kraft og evner til å legge planer og utføre dem samtidig som de med fasthet motstod det onde. Dette gjorde dem til en positiv kraft for det gode her i verden. {HOL 278.3}

Bedre enn noen annen arv man kan gi sine barn, er en frisk kropp, et sunt sinn og en ren karakter. De som skjønner hva det er som bringer virkelig framgang her i livet, vil være kloke tide. Når de velger seg et hjem, vil de ha det beste i livet for øye! {HOL 279.1}

Slå dere ikke ned der hvor dere bare ser menneske verk, hvor det en ser og hører, ofte leder til onde tanker, hvor larm og forvirring fører til tretthet og uro. Søk heller dit hvor dere kan betrakte Guds verk. Finn hvile for sinnet i den stille og fredelige, herlige

naturen. La øyet hvile ved grønne marker, ved lund og li. Se opp mot den blå himmelen som ikke er formørket av støv og røyk fra byen, og pust inn himmelens livgivende luft. Søk dit hvor dere borte fra by livets fornøyelser og utsvevelser kan väre virkelige venner med barna, der hvor dere kan lære dem å kjenne Gud gjennom hans gjerpinger, og lære dem opp til å leve et rettskaffent og nyttig liv. {HOL 279.2}

Enkel innredning

Våre kunstige vaner berøver oss mange velsignelser og mye glede, og de gjør oss uskikket til å leve et mest mulig nyttig liv. Flott og kostbar inredning betyr ikke bare bortkastede penger, men ogsa noe som er av tusen ganger større betydning: Det bringer inn i hjemmet en tung byrde av bekymring, arbeid og strev. {HOL 279.3}

Hvordan er forholdene i mange hjem hvor det er knapt med penger, og hvor husarbeidet for det mest hviler på moren? De beste værelsene er møblert på en måte som overgår familiens økonomiske evner, som gjør at de ikke blir til glede og hygge. Der har man kostbare gulvtepper, kunstferdig utskårne og fint polstrede møbler og elegante forheng. Bord, hyller og all annen plass er fylt med pyntegjenstander, og veggene er dekket med bilder så det virker påtrengende. Tenk hvilket strev det er å holde orden på alt ,dette og holde det fritt for støv! Dette arbeidet sammen med alle de andre kunstige skikkene familien holder fast ved for å følge moten, krever et uendelig slit fra husmorens side. {HOL 279.4}

I mange hjem har hustruen og moren ingen tid til å lese for å følge med i hva som skjer i tiden, ingen tid til å være sammen med sin mann, ingen tid til å følge med barna i deres utvikling. Det er verken tid eller rom for vår dyrebare frelser, slik at han kan være en nær og kjær venn. Litt etter litt synker hun ned til å bli en husslave. Hennes krefter, hennes tid og hennes interesser blir brukt opp til ting som forgår. For sent oppdager hun at hun nesten er en fremmed i sitt eget hjem. De dyrebare anledningene hun en gang hadde til å øve innflytelse på sine kjære til å nå et høyere liv, er ikke blitt brukt, og nå er de borte for alltid. {HOL 280.1}

Foreldre må bestemme seg for å følge en klokere plan. De må sette som sitt fremste mål å gjøre hjemmet hyggelig. Legg alt til rette for å lette arbeidet og fremme helse og velvære. Legg planer for å underholde de fremmede som Kristus sier vi skal invitere til våre hjem, for han føyer også til: «Alt dere gjorde mot en av disse mine minste brødre, det gjorde dere mot meg,» Mat 25:40. Utstyr hjemmet enkelt og liketil, med slikt som tåler behandling, som lett kan holdes rent, og som kan fornyes uten for store omkostninger. Med god smak kan man gjøre et beskjedent hjem tiltrekkende og innbydende hvis bare kjærlighet og tilfredshet får råde. {HOL 280.2}

Vakre omgivelser

Gud elsker det som er vakkert. Han har kledd jorden og himmelen med skjønnhet, og med en fars tilfredshet legger han merke til at hans barn er glad for det han har skapt. Han vil at vi skal omgi våre hjem med naturens skjønnhet. {HOL 280.3}

Nesten alle som bor på landet, hvor fattige de enn er, kan ha en liten grønn gressplen rundt huset, noen få skyggende trær, noen bærbusker og duftende blomster. Dette vil bidra mer til familiens hygge og lykke enn kunstig pryd. Det vil ha en formildende og foredlende innflytelse på familien, øke kjærligheten til naturen og knytte foreldre og barn nærmere sammen med hverandre og med Gud. {HOL 280.4}

Kapitel 31 - Moren

Som foreldre er, vil også barna for en stor del bli. Foreldrenes fysiske tilstand, deres tilbøyeligheter og lyster, deres mentale og moralske tendenser, vil i større eller mindre grad også vise seg hos barna. {HOL 281.1}

Jo edlere mål foreldrene har satt seg, jo høyere mentale og åndelige gaver de kan gi videre, og jo bedre utviklet foreldrenes fysiske krefter er, desto bedre vil de kunne utruste barna til å klare livet. Når foreldrene utvikler hos seg selv det som er best, er de med på å forme samfunnet og høyne kommende generasjoner. {HOL 281.2}

Fedre og mødre trenger å forstå sitt ansvar. Verden er full av snarer som blir lagt for de unges føtter. Mange lar seg lokke av et liv i egoistisk og sanselig nytelse. De ser ikke de skjulte farene eller den fryktelige avslutningen på den stien de tror fører til lykke. Ved å gi etter for lyster og lidenskaper kaster de bort sin energi, og millioner av mennesker blir ødelagt både for denne verden og for den kommende. Foreldre burde huske at barna kommer til å møte slike fristelser. Selv før barnet ble født, burde de gjøre forberedelser som kunne gjøre barnet skikket til å lykkes i kampen mot det onde. {HOL 281.3}

Det hviler et særlig ansvar på moren. Hennes blod fører næring til barnet og bygger opp den ufødtes fysikk. Det er også hun som påvirker det mentalt og åndelig og former barnets sinn og karakter. Jokebed, den hebraiske moren som fødte Moses, Israels befrier, «fryktet ikke for kongens bud» fordi hun hadde en sterk tro.(Heb I l :23.) Hanna, den bedende og selvoppofrende kvinnen, var påvirket av selve himmelen, og hun fødte Samuel, som fikk sin undervisning fra himmelen og ble en ubestikkelig dommer og grunnlegger av Israels profetskoler. Elisabet, slektning og venn av Maria fra Nasaret, ble mor til Frelserens forløper. {HOL 281.4}

Avhold og selvkontroll

Skriften forteller hvor nøye en mor bør være med sine vaner. Da Herren ville oppfostre Samson til å bli Israels frigjører, åpenbarte «Herrens engel» seg for moren og gav henne spesiell undervisning om hennes vaner og hvordan hun skulle oppdra barnet. «Ta deg nå i vare,» sa han, «og drikk ikke vin eller sterk drikk og et ikke noe urent!» Dom 13:3,4. {HOL 282.1}

Mange foreldre mener at virkningene av den påvirkningen barnet er utsatt for før fødselen, har liten betydning, men slik vurderer ikke himmelen det. Vi trenger å tenke alvorlig over det viktige budskapet Guds engel gav to ganger. {HOL 282.2}

De samme ordene som Gud talte til denne hebraiske moren, er rettet til alle mødre gjennom alle tider. «Alt jeg har nevnt for kvinnen, skal hun ta seg i vare for,» sa engelen. Barnets velferd blir påvirket av morens vaner. Hun må la sin appetitt og sine lyster være

styrt av faste prinsipper. Noe må hun avstå og noe må hun stri imot dersom hun skal oppfylle den plan Gud har med å gi henne et barn. Dersom hun gir etter for nytelser mens hun går gravid, dersom hun er egoistisk, utålmodig og kravfull, vil disse trekkene bli reflektert i barnet. Slik har mange barn fått i fødselsgave en nesten uovervinnelig tilbøyelighet til det onde. {HOL 282.3}

Men dersom moren urokkelig holder fast på riktige prinsipper, dersom hun viser avhold og selvfornektelse, dersom hun er vennlig og uegennyttig, så kan hun gi barnet sitt disse samme fine karaktertrekkene. Forbudet mot at moren ikke skulle nyte alkohol, var svært strengt. Hver eneste dråpe sterk drikk som hun tar for å tilfredsstille sin lyst, sette barnets fysiske, mentale og moralske helse i fare, og det er en direkte synd mot hennes Skaper. {HOL 282.4}

Mange anbefaler at den gravide moren må få tilfredsstilt alle sine ønsker. Hvis hun ønsker en viss type mat, så må hun få følge sin lyst, uansett hvor skadelig den måtte være. Dette er et dårlig og absolutt skadelig råd. En må riktig nok ikke overse morens fysiske behov. To menneskeliv er avhengig av henne, og derfor må en være nøye med å ta hensyn til hennes ønsker og gi henne det hun trenger. Men det aller viktigste er at hun i denne perioden unngår alt som kan svekke hennes fysiske og mentale krefter, og dette gjelder ikke bare mat, men også alle andre forhold. Gud selv har pålagt henne å øve selvkontroll mens hun har det mest alvorlige ansvar som er gitt henne. {HOL 283.1}

Overanstrengelse

En bør ta omhyggelig hensyn til den gravides styrke. Istedenfor å la henne kaste bort sine kostbare krefter på slitsomt arbeid, bør en prøve å lette hennes plikter og byrder. Ofte er mannen og faren ukjent med de fysiske lover som han av hensyn til familien velferd burde forstå. Han er opptatt av å streve for å underhold familien eller for å skaffe seg rikdom, og presset som han er av plikter og bekymringer, lar han hustruen og moren bære byrder som langt overgår hennes krefter i denne kritiske perioden, og dette fører til at hun blir svak og syk. {HOL 283.2}

Det er mange menn og fedre som kunne hente nyttig lærdom ved å legge merke til den omsorg en trofast hyrde har. Da Jakob ble bedt om å ta ut på en hurtig og vanskelig reise, svarte han: {HOL 283.3}

«Barna er svake. Småfeet og storfeet hos meg har nylig båret, og driver en dem hårdt, om bare en eneste dag, så dør alt småfeet. ... Dra i forveien. ... Så kan jeg følge langsomt etter, slik det passer seg for buskapen jeg driver, og for barna.» 1M 33: 13,14. {HOL 283.4}

På livets strevsomme vei må mannen og faren «følge langsomt etter, slik at hun som reiser sammen med ham, er i stand til å tåle reisen. Midt i verdens grådige jag etter

rikdom og makt må han lære å gå langsomt og trøste og støtte henne som er kalt til å gå ved hans side. {HOL 283.5}

Glede

Moren bør lære seg å være glad, lykkelig og tilfreds. Dette vil bli rikelig belønnet ved at hennes barn vil få større fysisk velvære og en sterkere moralsk karakter. Når hun har et lyst sinn, vil det fremme familiens lykke og i høy grad gjøre godt for hennes egen helse. {HOL 284.1}

Mannen må støtte sin kone ved å vise sympati og aldri sviktende hengivenhet. Dersom han vil at hun skal være frisk og glad og en solstråle i hjemmet, bør han hjelpe til med å bære hennes byrder. Hans vennlighet og kjærlige oppmerksomhet vil være en dyrebar oppmuntring for henne, og den lykken han er årsak til, bringer glede og fred til hans eget hjerte. {HOL 284.2}

En mann og far som er gretten, egoistisk og dominerende, er ikke bare ulykkelig selv, men han kaster en skygge over alle andre i sitt hjem. Han vil måtte høste frukten av dette ved å se sin kone mismodig og syk og barna merket med hans eget ukjærlige sinnelag. {HOL 284.3}

Dersom moren ikke får den omsorg og oppmuntring hun burde ha, eller dersom hun må bruke opp sine krefter på overanstrengelse eller angst og depresjon, så vil barna bli berøvet den livskraft, den mentale elastisitet og den livsglede de burde arve. Det ville være langt bedre å gjøre morens liv lyst og lykkelig og beskytte henne for savn, slit og nedtrykkende bekymringer. Da ville barna arve en konstitusjon som gjør dem i stand til å kjempe seg gjennom livet med sin egen energiske kraft. {HOL 284.4}

Den ære og det ansvar som er lagt på foreldre, er veldig, for de står i Guds sted overfor barna. Gjennom sin karakter, sitt daglige liv og de metoder de bruker i oppdragelsen, vil de tolke Gud ord for de små. Ved den innflytelse de øver vil de enten vinne eller rive ned barnets tillit til Herrens løfter. {HOL 284.5}

Foreldrenes privilegier

Lykkelige er de foreldrene som i sine liv gjenspeiler det guddommelige, slik at Guds løfter og befalinger vekker takknemlighet og ærefrykt hos barnet. Slike foreldre viser en omsorg, rettferdighet og langmodighet som ,tolker for barnet Guds kjærlighet, rettferdighet og langmodighet. Ved å lære barnet å elske, lyde og ha tiltro til dem, lærer de å elske, lyde og stole på sin himmelske Far. Foreldre som gir barnet en slik gave, har utstyrt det med en skatt som er mer dyrebar enn all verdens rikdom en skatt av evig verdi. {HOL 285.1}

Enhver mor har fått en hellig oppgave fra Gud gjennom de barna hun har ansvar for. «Ta vare på denne sønnen, denne datteren,» sier han. «Oppdra barnet for meg, og gi det en karakter som er slipt etter mønster fra det himmelske palass, slik at det. kan skinne i Herrens saler gjennom evigheten.» {HOL 285.2}

For moren synes ofte arbeidet hennes å være ubetydelig. Det er et arbeid som sjelden blir rost. Andre vet lite om hennes mange bekymringer og byrder. Dagene hennes er fulle av små plikter, som alle krever tålmodig slit, selvkontroll, takt, visdom og selvoppofrende kjærlighet. Allikevel kan hun ikke rose seg over at hun har utrettet noe stort. Hun har bare gjort sitt til at hjemmet skal gå sin jevne gang. Ofte mens hun har vært trøtt og oppgitt, har hun forsøkt å snakke vennlig til barna, sette dem i aktivitet, være glad og lede de små føttene på den rette sti. Hun føler at hun ikke har fått gjort noe som helst. Men det er slett ikke tilfelle. Himmelens engler holder øye med den trøtte moren og merker seg de byrdene hun bærer dag etter dag. Navnet hennes blir kanskje ikke omtalt i denne verden, men det står skrevet i den livets bok som Lammet har. {HOL 285.3}

Morens muligheter

Det er en Gud i det høye, og lyset og herligheten fra hans trone hviler over den trofaste moren når hun prøver å lære barna å stå imot det ondes innflytelse. Ikke noe annet arbeid er så viktig som hennes. Hun skal ikke som kunstmaleren forme et vakkert bilde på lerret, eller som billedhoggeren hogge det ut i marmor. Hun skal ikke som forfatteren uttrykke en edel tanke ved den makt som ligger i ord, eller som musikeren tolke en vakker stemning ved hjelp av toner. Hennes oppgave er ved Guds hjelp å utvikle i menneskesjelen bildet av det guddommelige. {HOL 286.1}

En mor som verdsetter dette vil se på sine muligheter som uvurderlige. Med dyp alvor vil hun både i sin egen karakter og i de metoder hun bruker i oppdragelsen, søke å stille fram det høyeste idealet for barna. Alvorlig, tålmodig og uten frykt vil hun gjøre alt for å utvikle sine evner, slik at hun kan dra nytte av sinnets høyeste krefter i barneoppdragelsen. Med alvor vil hun hele tiden spørre: «Hva har Gud sagt?» Hun vil studere hans ord grundig. Hun vil holde blikket festet på Kristus, slik at hennes egen daglige erfaring mens hun omsorgsfullt utfører sine enkle plikter, kan være en sann gjenspeiling av ham som er det sanne livet. {HOL 286.2}

Kapitel 32 - Barnet

Engelens undervisning til de hebraiske foreldre gjaldt ikke bare morens vaner, men også den oppdragelsen barnet skulle få. Det var ikke nok at Samson, det barnet som skulle frigjøre Israel, fikk en god arv i fødselsgave, men han skulle også oppdras korrekt. Fra han var spedbarn, skulle han læres opp til absolutt avholdenhet. . {HOL 287.1}

Et lignende påbud ble gitt for døperen Johannes. Før han ble født, ble dette budskapet sendt fra himmelen til hans far: {HOL 287.2}

«Han skal bli deg til glede og fryd, og mange skal glede seg over hans fødsel. For han skal være stor for Herren. Vin og sterk drikk skal han ikke drikke, og han skal bli fylt av Den Hellige Ånd.» Luk 1:14,15. {HOL 287.3}

Frelseren erklærte at av de edle menn som er nevnt i de himmelske bøker, var det ingen større en døperen Johannes. Den oppgaven som ble lagt på ham, krevde ikke bare fysisk styrke og utholdenhet, men også de høyeste kvaliteter i sinn og sjel. Korrekt fysisk opplæring var så viktig i forberedelsen for den oppgaven han skulle utføre, at den mest høytstående engelen i himmelen ble sendt med et budskap for å undervise barnets foreldre. {HOL 287.4}

Den veiledningen som ble gitt for de hebraiske barna, lærer oss at vi ikke må ignorere noe som har med barnets fysiske vel å gjøre. Ikke noe er uten betydning. Alt som påvirker kroppens helse, virker inn på sinn og karakter. {HOL 288.1}

En kan ikke legge for stor vekt på den aller første oppdragelsen av barnet. Det som barnet lærer og de vaner det danner seg mens det er lite, betyr mer for utviklingen av karakteren og den retning livet vil ta, enn all undervisning og oppdragelse i senere år. {HOL 288.2}

Foreldre må være oppmerksomme på dette. De må forstå de prinsippene som ligger til grunn for barneoppdragelse og omsorg for de små. De må være i stand til å oppdra dem fysisk, mentalt og moralsk. Foreldre må studere naturlovene. De må gjøre seg kjent med den menneskelige organismen. De trenger å forstå hvordan de forskjellige organene fungerer, hvordan de står i forhold til hverandre og er avhengige av hverandre. De bør studere forholdet mellom mentale og fysiske krefter og hvilke vilkår som må være til stede for at hver av dem kan fungere på en sunn måte. Det er en synd å påta seg ansvaret som foreldre uten en slik forberedelse. {HOL 288.3}

Man legger altfor liten vekt på de årsakene som ligger til grunn for den dødelighet, sykdom og degenerering som i dag finnes i de fleste siviliserte og rike land. Menneskeheten er i ferd med å forringes. Mer enn en tredel dør som spedbarn, og av dem

som når å bli voksne, lider de aller fleste av sykdom i en eller annen form, og bare få når opp til livets fulle alder. {HOL 288.4}

Det er mulig å unngå de aller fleste av de onder som fører elendighet og ødeleggelse over menneskeheten, og det er i stor grad opp til foreldrene å gjøre noe med dette. Det er ikke noen«mystisk skjebne» som gjør at små barn dør. Gud ønsker ikke deres død. Han gir dem til foreldrene så de kan bli oppdratt til å være til nytte her og så få en plass i himmelen. Hvis fedre og mødre gjorde hva de kunne for å gi barna sine en god arv, og også forsøkte så godt det lar seg gjøre å rette opp den uheldige arv de måtte ha fra fødselen av, så ville vi bli vitner til en stor forandring til det bedre i verden! {HOL 288.5}

Pleie av spedbarn

Jo mer beskjedent og enkelt barnet har det, desto bedre er det for den fysiske og mentale utvikling. Moren bør alltid prøve å väre stille, rolig og selvbehersket. Mange spedbarn er ekstremt følsomme overfor nervøs atferd, og morens milde og forsiktige oppførsel vil øve en beroligende innflytelse som i høy grad vil være god for barnet. . {HOL 289.1}

Spedbarn trenger varme, men mange begår ofte den alvorlige feil å la dem være i altfor varme rom, hvor de for en stor del ikke får tilstrekkelig frisk luft. Skikken å dekke til barnets ansikt mens det sover, er skadelig fordi barnet da blir hindret i å puste fritt. {HOL 289.2}

Man bør verne barnet mot alt som kan svekke og forgifte organismen. En bør være ytterst nøye med å holde alt omkring det fullstendig rent. Det kan være nødvendig å beskytte de små mot plutselige eller for store temperaturforandringer, men en bør allikevel passe på at de både om dagen og om natten, enten de sover eller er våkne, puster inn ren, frisk luft. {HOL 289.3}

Når foreldre skal gjøre klar barneklærne, bør de ta mer hensyn til nytte, velvære og helse enn til moten eller ønsket om å vekke beundring. Moren bør ikke bruke tid til broderinger eller kunstferdig arbeid for å gjøre barnetøyet vakkert, hvis hun ved å gjøre det sliter seg ut på unødvendig arbeid på bekostning av sin egen og barnets helse. Hun bør ikke sitte bøyd over syarbeid i den tiden hun trenger mye hvile og nyttig mosjon, for det vil være altfor anstrengende for øynene og nervene. Hun burde forstå hvilken plikt hun har til å holde seg sterk, slik at hun kan møte de krav som etter hvert kommer til å bli stilt til henne. {HOL 289.4}

Dersom en sørger for at barnetøyet gir varme, beskyttelse og komfort, så vil en av de viktigste årsakene til uro og rastløshet være fjernet. Den lille får en bedre helse og legger ikke så mye beslag på morens tid og krefter. {HOL 289.5}

Stramme bånd og livstykker hemmer hjerte- og lungeaktiviteten, og derfor bør man ikke bruke slikt. Ikke noen del av kroppen burde noen gang merke ubehag på grunn av klær som trykker på et organ eller hindrer fri bevegelse. Alle barn trenger klær som sitter så løst at de gir rom for fri og full åndedrett, og de bør være laget slik at vekten hviler på skuldrene. {HOL 289.6}

I noen land er det alminnelig at små barn går med nakne skuldrer og legger. Denne skikken kan ikke bli fordømt sterkt nok. De lemmene som ligger lengst borte fra blodomløpets sentrum, krever bedre beskyttelse enn andre deler av kroppen. Pulsårene, som fører blodet til de delene som ligger lengst borte, er store og fører med seg nok blod til å gi varme og næring. Men når lemmene er uten beskyttelse og utilstrekkelig kledd, trekker pulsårene og de andre blodårene seg sammen, de følsomme delene av kroppen blir avkjølt og blodomløpet blir hindret. {HOL 290.1}

Hos barn i vekst trenger naturkreftene enhver mulig fordel for å kunne gjøre den fysiske konstitusjonen fullkommen. Dersom lemmene ikke er tilstrekkelig beskyttet, kan ikke barn, og særlig jenter, være utendørs uten at været er mildt. Derfor blir de holdt inne av frykt for kulden. Dersom barn er godt nok kledd, vil det være bra for dem å leke ut både sommer og vinter. {HOL 290.2}

Mat for barn

Den beste maten for spedbarn er den som naturen selv gir, og uten at det er helt nødvendig, burde ikke et barn være uten denne. Det er hjerteløst av en mor dersom hun av bekvemmelighetshensyn eller av sosiale og selskapelige hensyn unndrar seg den kjærlige oppgaven som ligger i å amme den lille. {HOL 290.3}

Hvis en mor lar barnet sitt bli ammet av en annen, bør hun tenke nøye over hva følgen kan bli. I større eller mindre grad vil den som ammer barnet, gi barnet del i sitt eget sinnelag og temperament. {HOL 290.4}

Det er vanskelig å overvurdere betydningen av å lære barna riktige kostvaner. De små trenger å lære at de spiser for å leve, ikke at de lever for å spise. Denne undervisningen bør begynne mens barnet ennå ligger i morens armer, Barnet bør ha mat bare til faste tider, og med lengre mellomrom etter hvert som barnet vokser. Det bør ikke få søtsaker eller samme slags mat som voksne, for det vil de ikke kunne fordøye. Hvis en er nøye og regelmessig med spedbarns mat, vil det ikke bare fremme helsen og gjøre dem rolige og medgjørlige, men det vil også legge grunnlaget for vaner som vil være til velsignelse i framtiden. {HOL 290.5}

En bør fremdeles være nøye med utviklingen av smaken og appetitten hos barna etter spedbarnsalderen. Ofte får de lov å spise hva de vil og når de vil, uten hensyn til hva som er sunt. Det strev og de penger som ofte blir ødslet på usunne søtsaker, får de unge til å

tro at det høyeste mål i livet og det som gir størst lykke, er å kunne føye appetitten. En slik oppdragelse fører til fråtseri, så kommer sykdom, og som oftest fører sykdom til bruk av giftige medikamenter. {HOL 291.1}

Foreldre bør lære opp barnas smak og ikke tillate dem å spise usunn mat. Men når vi skal styre kostholdet, må vi passe oss for ikke gjøre den feilen at vi tvinger barna til å spise slikt som de overhodet ikke liker, eller til å spise mer enn nødvendig. Barn har også rettigheter, og når de ønsker noe som er rimelig, bør foreldre ta hensyn til dem. {HOL 291.2}

Vi bør være nøye med å holde regelmessige måltider. Vi bør ikke spise mellom måltidene, verken konfekt, nøtter, frukt eller annen mat. Hvis en er uregelmessig i sine spisevaner, tar fordøyelsesorganenes sunne virksomhet skade, som igjen går utover helse og glede. Og når barna setter seg til bords, bryr de seg ikke om sunn mat, for appetitten deres forlanger det som er til skade for dem. {HOL 291.3}

Mødre som gir etter for barnas ønsker på bekostning av helse og godt humør, sår en ond sæd som kommer til å vokse og bære frukt. Trangen til å tilfredsstille appetitten vokser parallelt med den lille, og både den mentale og den fysiske styrken blir ofret. Mødre som gjør dette, vil med bitterhet måtte høste den sæd de har sådd. De vil måtte se at barna vokser opp uskikket i sinn og karakter til å spille en høyverdig og nyttig rolle i samfunnet og i hjemmet. De åndelige så vel som de mentale og fysiske kreftene lider under påvirkningen av usunn mat. Samvittigheten blir sløvet, og evnen til å ta imot gode inntrykk blir svekket. {HOL 291.4}

Når barna blir opplært til å styre appetitten og spise bare det som er sunt, så gjør det klart for dem at de ved å gjøre det bare fornekter det som ville være skadelig for dem. De gir avkall på det som er skadelig for å få noe som er bedre. La bordet være tiltrekkende og innbydende og dekket med gode retter, som Gud så rikelig har forsynt oss med. Gjør måltidet til en glad og lykkelig stund. Når vi nyter Guds gaver, bør vi sende vår takk og pris til ham som har gitt oss alt dette. {HOL 292.1}

Pleie av syke barn

Sykdom hos barn har ofte sin årsak i dårlig omsorg. Uregelmessige måltider, for tynne klær når det blir kaldt om kvelden, mangel på mosjon for å holde blodsirkulasjonen i orden, eller for lite frisk luft slik at blodet kan holdes rent, kan være årsak til sykdom. Foreldrene må prøve å finne årsaken til sykdommen og gjøre sitt beste for å rette på forholdene så fort som mulig. {HOL 292.2}

Alle foreldre har mulighet til å lære en del om hvordan de skal pleie syke, og om hvordan de kan forebygge og til og med behandle sykdommer. Særlig burde moren vite hva hun skulle gjøre når det oppstår alminnelige sykdommer i familien. Hun burde vite

hvordan hun skal stelle sitt syke barn. Hennes kjærlighet og innsikt burde gjøre henne skikket til å pleie barnet på en måte som en fremmed ikke så lett kunne gjøre. {HOL 292.3}

Kunnskap om fysiologi

Foreldre bør tidlig prøve å vekke barnas interesse for fysiologi og undervise dem om de enkleste prinsippene. Lær dem hvordan de best kan ta vare på de fysiske, mentale og åndelige kreftene,og hvordan de kan bruke sine evner til velsignelse for hverandre og til Guds ære. Slik kunnskap er uvurderlig for de unge. Undervisning om det som gjelder livet og helsen, er av større betydning for dem enn mange av de fagene de lærer på skolen. {HOL 292.4}

Foreldre burde leve mer for barna og mindre for selskapslivet. Studer helselære og bruk denne kunnskapen i praksis. Lær barna å tenke fra årsak til virkning. Lær dem å innse at dersom de ønsker seg helse og lykke, må de adlyde naturlovene. Selv om dere ikke ser forbedringene så raskt dere skulle ønske, så mist ikke motet, men fortsett arbeidet tålmodig. {HOL 293.1}

Lær barna fra de ligger i vuggen å øve selvfornektelse og selvkontroll. Lær dem å sette pris på det vakre i naturen og hvordan de gjennom nyttig arbeid kan trene systematisk alle evner i kropp og sinn. Oppdra dem slik at de får en kraftig fysikk og gode moralske begreper, et lyst sinn og godt humør. Prent inn i deres lett påvirkelige sinn sannheten om at det er ikke Guds plan at vi skal leve bare for øyeblikkets nytelse, men med tanke på det gode gjennom evigheten. Lær dem at det er svakt og syndig å gi etter for fristelser, men edelt og modig å stå imot. Denne undervisningen vil være som sæd sådd i god jord, og den vil bære frukt som vil glede deres hjerter. {HOL 293.2}

Men framfor alt må foreldre omgi barna sine med en atmosfære av glede, høflighet og kjærlighet. Et hjem hvor kjærligheten bor, og hvor den får komme til uttrykk i blikk, i ord og i handling, er et sted hvor englene elsker å vise at de er til stede. {HOL 293.3}

Foreldre, la kjærlighetens, gledens og tilfredshetens solskinn stråle inn i deres egne hjerter, og la den milde og livgivende innflytelsen dette gir, fylle hjemmet. Vis et vennlig og overbærende sinnelag, og oppelsk det samme hos barna. Da vil dere gi næring til alle de velsignelser som vil gjøre familielivet lyst. Den atmosfæren dere skaper på denne måten, vil være for barna hva luft og solskinn er for plantene, og det vil gi sunnhet og kraft til kropp og sinn. {HOL 293.4}

Kapitel 33 - Hjemmets betydning

Barn burde få lov å oppleve at hjemmet er det beste stedet i verden, og moren burde være den som tiltrekker dem aller sterkest. Barn er av naturen følsomme og kjærlige. De har lett for a føle seg glade, men også lett for å bli ulykkelige. Moren kan knytte barna til sitt hjerte ved å rettlede dem vennlig gjennom kjærlige ord og handlinger. . . {HOL 294.1}

Små barn liker å være sammen med andre og trives sjelden alene. De lengter etter sympati og vennlighet. Det de gleder seg over tror de også vil glede moren, og derfor er det naturlig for dem å gå til henne med sine gleder og sorger. Hun må ikke såre deres følsomme hjerter ved å være likegyldig overfor det som for henne er ubetydelig, men som har mye å si for dem. Det er viktig for dem at hun uttrykker sympati og viser at hun forstår dem. Et forståelsesfulIt blikk, et oppmuntrende og anerkjennende ord, er som solstråler i deres hjerter og gjør dem ofte lykkelig hele dagen. {HOL 294.2}

Istedenfor å avvise barna fordi hun ikke liker at de forstyrrer henne når de bråker eller bryr henne med maset sitt, burde moren prøve å finne på noe som underholder dem eller som kunne utfordre de aktive hendene og hjernene deres. {HOL 294.3}

Dersom hun ville leve seg inn i følelsene deres og være med dem i deres lek og arbeid, ville moren vinne barnas tillit, og da kunne hun lettere rette på deres uheldige vaner og hindre at de utviklet egoisme og dårlige lidenskaper. Et advarende eller irettesettende ord i rette tid vil være av stor verdi. Ved tålmodig og vaktsom kjærlighet vil hun kunne vende barnas sinn i riktig retning og utvikle i dem vakre og tiltrekkende karaktertrekk. {HOL 295.1}

Mødre må være på vakt mot å oppdra barna sine slik at de blir uselvstendige og selvopptatte. La dem aldri få forståelsen av at det er de som er midtpunktet, og at alt annet må dreie seg om dem. Noen foreldre bruker mye tid på å underholde barna, men barn burde lære seg å underholde seg selv og til å utvikle sin egen oppfinnsomhet og dyktighet. Da vil de venne seg til å være fornøyd med ganske enkle fornøyelser. De bør læres opp til modig å tåle sine små skuffelser og prøvelser. Istedenfor å gjøre barna oppmerksomme på enhver liten smerte eller skade, bør foreldre heller få dem til å tenke på noe annet og ikke bry seg om fornærmelser eller ubehag. Finn ut hvordan barna kan lære seg å vise omtanke for andre. {HOL 295.2}

Forsøm ikke barna. Mødre som er tynget av mange bekymringer, synes ofte at de ikke har tid til å være tålmodige og ta seg av de små og vise dem kjærlighet og sympati. Men de må huske at dersom barna ikke får tilfredsstilt sitt behov for sympati og vennskap i hjemmet, så vil de søke det andre steder, hvor både sinn og karakter kan stå i fare. {HOL 295.3}

På grunn av liten tid eller tankeløshet, er det mange mødre som nekter barna uskyldig fornøyelse, mens de selv er flittig opptatt med hendene eller sliter ut øynene i sin iver for å gjøre slikt som bare tjener til å oppelske forfengelighet og luksus i barnas unge hjerter. Når barna blir voksne menn og kvinner, vil det de har lært, bære frukt i form av stolthet og moralsk tomhet. Moren sørger over barnas feilgrep uten å innse at hun høster det hun selv har sådd. {HOL 295.4}

Noen mødre behandler barna sine inkonsekvent. Noen ganger lar de dem gjøre hva de vil, selv om de tar skade av det, mens de andre ganger nekter dem en uskyldig fornøyelse, som ville gjøre det lille barnehjertet lykkelig. I så måte ligner de ikke på Kristus. Han elsket barna, han satte seg inn i deres følelser og var ett med dem i deres gleder og sorger. {HOL 295.5}

Farens ansvar

Mannen og faren er familiens hode. Det er til ham konen kommer for å finne kjærlighet og sympati og hjelp til å oppdra barna, og slik skal det også være. Barna er like mye hans som hennes, og han må være like interessert i hvordan det går med dem. Barna ser opp til sin far for å finne støtte og veiledning, og derfor trenger han å ha den rette forståelsen av livet og den påvirkning og de forhold familien bør være under. Framfor alt bør han la seg lede av kjærlighet og gudsfrykt og av Guds ord, slik at han skal kunne lede barnas føtter på rett vei. {HOL 296.1}

Faren er familiens lovgiver, og på samme måte som Abraham bør han gjøre Guds lov til rettesnor i sitt hjem. Gud sa om Abraham: «Jeg har utvalgt ham for at han skal befale sine barn og sitt hus etter seg.» 1M 18:19. Da ville han ikke begå den synd å la være å motarbeide det onde, og heller ikke vil han vise noen svak og uklok favorisering. Han ville ikke la misforstått kjærlighet lede ham bort fra overbevisningen om det han vet er hans plikt. Abraham gav ikke bare den rette undervisningen, men han holdt også høyt de gode og rettferdige lovers autoritet. Gud har gitt oss regler å leve etter. Barna må ikke få lov å gå bort fra den trygge stien som er stukket ut i Guds ord. Vennlig, men bestemt og med utholdenhet og under bønn må foreldre bremse barnas uheldige ønsker, og de må ikke la dem få lov å utvikle sine dårlige tilbøyeligheter. {HOL 296.2}

Faren burde stimulere familien til å eie faste dyder, som energi, rettskaffenhet, ærlighet, tålmodighet, mot, flid og praktisk dyktighet. Og gjennom sin egen mandige oppførsel bør han selv praktisere og være et eksempel på de dydene han forlanger at barna skal eie. {HOL 297.1}

Men fedre, ta ikke motet fra barna! La kjærlighet og myndighet gå hånd i hånd, la vennlighet og sympati være forent med fasthet. Bruk litt av fritiden sammen med barna, bli kjent med dem, vær sammen med dem i arbeid og lek og vinn deres lillit. Bli venner

med dem, særlig med sønnene. På den måten vil fedre øve en mektig innflytelse til det gode. {HOL 297.2}

Faren må gjøre sitt til at hjemmet blir lykkelig. Samme hvilke bekymringer og vanskeligheter han måtte ha i sitt arbeid, må ikke dette få lov å kaste skygger over familien. Han burde komme hjem med smil og vennlige ord. {HOL 297.3}

På en måte er faren familiens prest, som legger morgen- og kveldsofferet på familiens alter. Men konen og barna bør ta del i bønnen og lovsangen. Før han forlater hjemmet for å gå til sitt daglige arbeid om morgenen, bør faren samle barna omkring seg. bøye seg for Gud og overlate dem til den himmelske Fars omsorg. Når dagens arbeid er endt, bør familien samle seg i takkebønn og synge lovprisningssanger for å vise at de setter pris på Guds omsorg gjennom dagen. {HOL 297.4}

Fedre og mødre! Samme hvor viktig arbeidet deres er, så unnlat ikke å samle familien rundt Guds alter. Be om at hellige engler må våke over hjemmet. Husk at deres kjære er utsatt for fristelser. Skuffelser og prøvelser møter unge som eldre hver dag. De som vil leve tålmodig, kjærlig og med et lyst syn på livet, må be. Bare ved stadig å motta hjelp fra Gud kan vi vinne seier over selvet. {HOL 297.5}

Hjemmet burde være preget av glede, høflighet og kjærlighet, for fred og lykke vil bo der hvor disse egenskapene finnes. Det vil nok komme vanskeligheter. for det er menneskenes lodd. La tålmodighet, takknemlighet og kjærlighet skinne som solstråler i hjertet, selv om dagen måtte være aldri så mørk. I slike hjem hører Guds engler til. {HOL 297.6}

Mann og kone bør anstrenge seg til det ytterste for å gjøre hverandre lykkelige, og de bør aldri forsømme å gi hverandre små oppmerksomheter og vennlige handlinger som kan være til oppmuntring og gjøre livet lyst. Mann og kone bør ha full fortrolighet overfor hverandre. De bør snakke sammen om sitt ansvar, og de bør arbeide sammen for at barna skal få det best mulig. Hvis barna hører på, må de aldri kritisere hverandres planer eller dra hverandres avgjørelser i tvil. Konen må se til at hun ikke gjør mannens arbeid for barna vanskeligere. Mannen må holde sin kones hender oppe ved å gi henne gode råd og kjærlig oppmuntring. {HOL 297.7}

En må ikke tillate at det kommer kulde og reservasjon mellom foreldre og barn. Foreldrene må sørge for å bli bedre kjent med barna sine, prøve å sette seg inn i deres meninger og deres lynne, forstå deres følelser og få dem til å fortelle hva som bor i deres hjerter. {HOL 298.1}

Foreldre, la barna forstå at dere elsker dem, og at dere vil gjøre alt som står i deres makt for å gjøre dem lykkelige. Hvis dere gjør det, vil de grensene dere nødvendigvis må sette, ha langt større betydning for de unge sinnene. Led barna ømt og mildt, og husk at

«deres engler... ser alltid min himmelske Fars ansik!». Mat 18:10. Dersom dere ønsker at englene skal gjøre for barna det som Gud har befalt dem, så må dere gjøre hva dere kan for å samarbeide med dem. {HOL 298.2}

Dersom barna blir oppdratt under den vise og kjærlige rettledning som et slikt hjem kan gi, vil de ikke føle noen trang til å dra ut i verden for å finne fornøyelser og venner. De vil ikke kjenne seg tiltrukket av det onde. De vil utvikle vaner og prinsipper som vil være et sterkt vern for dem mot fristelser når de må forlate det beskyttede hjemmet og finne sin egen plass i verden. {HOL 298.3}

Barn har på samme måte som foreldre viktige plikter i hjemmet. De må lære å forstå at de utgjør en del av familien. De får mat og klær, kjærlighet og omsorg, og til gjengjeld bør de være med å bære sin del av hjemmets byrder og bringe all mulig lykke inn i den familien de er medlemmer av. {HOL 298.4}

Barn blir noen ganger irriterte når de blir styrt, men senere i livet vil de takke foreldrene for den trofaste omsorg og den sterke årvåkenhet som beskyttet dem og ledet dem i en tid da de selv var uerfarne. {HOL 298.5}

Kapitel 34 - Sann utdannelse

Den som tar sann utdannelse, utdanner seg til å utføre misjonsarbeid. Hver eneste av Guds sønner og døtre er kalt til å være misjonsarbeidere. Vi er kalt til å tjene Gud og medmennesker, og formålet med vår utdannelse burde være å bli skikket til dette arbeidet. {HOL 299.1}

Utdannet for å tjene

Kristne foreldre og lærere bør alltid ha dette formålet klart for seg. Vi vet ikke hva barna våre kommer til å bli. Det kan være at de kommer til å holde seg hjemme, kanskje kommer de til å ta fatt på et av de vanlige yrker i livet, eller kanskje kommer de til å reise til hedenske land for å undervise om evangeliet. Men de er alle kalt til å være Guds misjonsarbeidere og spre nådens budskap til verden. {HOL 299.2}

Gud elsker barna og de unge, med deres friske talenter, deres energi og mot og deres åpne sinn, og han ønsker å bringe dem i harmoni med himmelske krefter. Derfor trenger de en utdannelse som vil hjelpe dem til å stå ved Kristi side og utføre uegennyttig tjeneste. {HOL 299.3}

Kristi ord er rettet til alle hans barn helt ned til endetiden, like mye som de gjaldt hans første disipler: «Likesom du har utsendt meg til verden, har også jeg utsendt dem til verden» (Joh 17: 18), for at de skal være Guds representanter og åpenbare hans ånd, gjenspeile hans karakter og utføre hans verk. {HOL 299.4}

Barna våre står så å si ved veiskillet. På alle kanter prøver verden å lokke dem bort fra den stien som er stukket opp for dem Herren har kjøpt fri, for å få dem inn på egoismens og nytelsens vei. Om deres skal bli til velsignelse eller forbannelse, er avhengig av det valg de selv tar. Fylt som de er med energi og ivrige etter å teste sine uprøvde evner, søker de å finne utløp for sin overflod av liv. De føler trang til å gjøre noe, enten godt eller ondt. {HOL 300.1}

Guds ord fordømmer ikke aktivitetstrang, men ønsker å lede den inn på riktig spor. Gud byr ikke de unge at de skal sette seg lavere mål. Vi må ikke hindre de karaktertrekk som gir en mann virkelig framgang og ære blant mennesker - det uimotståelige ønske om noe bedre, den ubøyelige vilje, den energiske flid og den utrettelige utholdenhet. Ved Guds nåde må de bli styrt mot mål som er så mye høyere enn egoistiske og verdslige interesser som himmelen er høyere enn jorden. {HOL 300.2}

Vi som foreldre og kristne er pålagt et ansvar å gi barna våre riktig veiledning. På en omsorgsfull, klok og øm måte må de bli opplært til å ta del i kristent arbeid. Vi har en hellig pakt med Gud som pålegger oss å oppdra barna til hans tjeneste. Det er vår første

plikt å omgi dem med en innflytelse som kan få dem til å vie sitt liv til tjeneste, og å gi dem den nødvendige utdannelse. {HOL 300.3}

«Så har Gud elsket ... at han gav sin Sønn, den enbårne,» for at vi ikke skulle gå fortapt, men ha evig liv. «Kristus elsket oss og gav seg selv for oss.» Dersom vi elsker, vil også vi gi. Ikke for å la seg tjene, men for selv å tjene» er den store leksen vi selv må lære og undervise andre om. Joh 316; Ef 5:2; Mat 20:28. {HOL 300.4}

Slå den tanken fast hos de unge at de ikke er siue egne. De tilhører Kristus. De er kjøpt med hans blod og er hans kjærlighets eiendom. De lever fordi han stadig gir dem sin kraft. Deres tid, deres krefter og deres evner tilhører ham, og de må la seg utvikle, utdanne og bruke i tjeneste for ham. {HOL 300.5}

Nest etter englene er menneskefamilien, som er dannet i Guds bilde, det edleste av alt han har skapt. Gud ønsker at menneskene skal være alt som er mulig for dem å bli, og at de på aller beste måte skal bruke de evnene han har gitt dem. {HOL 301.1}

Livet er uforståelig og hellig. Det er en åpenbaring av Gud selv, han som er kilden til alt liv. De muligheter som livet gir er dyrebare, og vi bør benytte dem med alvor. Når de først er tapt, er de borte for alltid. {HOL 301.2}

Gud forteller oss om den alvorlige og virkelige evigheten, og han prøver å få oss til å fatte det som er udødelig og uforgjengelig. Han gir oss verdifulle og rene sannheter for at vi skal kunne gå fram på en trygg og sikker sti og nå et mål som er verd at vi yter alt vi har av evner og krefter. {HOL 301.3}

Når Gud ser inn i det lille frøet han selv har skapt, så ser han en vakker blomst, en prydbusk eller et høyt og mektig tre. På samme måte ser han de mulighetene som ligger i ethvert menneske. Våre liv har mening. Gud har gitt oss en plan, og han ønsker at vi skal utvikle oss til det ytterste. {HOL 301.4}

Han øusker at vi stadig skal vokse i hellighet, i lykke og i brukbarhet. Alle har evner som de må lære å betrakte som hellige gaver, som de må sette pris på som gitt dem av Gud, og som de må bruke på rett måte. Han vil at de unge skal utvikle seg i alle retninger og bruke alle sine evner i aktiv tjeneste. Han vil at de skal glede seg over alt som er nyttig og dyrebart her i livet, at de skal være gode og gjøre godt, og at de skal samle seg himmelske skatter for det kommende liv. {HOL 301.5}

De burde ha som mål å nå aller høyest når det gjelder det som er uegennyttig og edelt. Lær dem å se på Kristus som det mønster de må la seg forme etter. De må la seg styre av den hellige iver han åpenbarte i sitt liv - en iver etter at deres liv må bidra til å gjøre verden bedre. Dette er den oppgaven de er kalt til å utføre. {HOL 301.6}

En bred grunnvoll

Å frelse sjeler er den høyeste av alle vitenskaper. Det største verk mennesker kan strebe etter å utføre, er å lede mennesker fra synd til hellighet. For å kunne utføre dette arbeidet, må det legges en bred grunnvoll. Det er nødvendig med en omfattende utdannelse - en utdannelse som vil kreve av foreldre og lærere en omtanke og anstrengelse som en rent vitenskapelig utdannelse ikke krever. Det forlanges noe mer enn bare å utvikle intellektet. En utdannelse er ikke fullstendig om ikke kropp, sinn og hjerte blir stilt på lik linje. Karakteren må også bli trent på riktig måte dersom den skal nå sitt høyeste potensial. Alle sinnets og kroppens evner må utvikles og oppdras på riktig måte. Det er vår plikt å utvikle og bruke alle evner som vil gjøre oss til bedre arbeidere for Gud. {HOL 302.1}

Sann utdannelse omfatter hele mennesket. Den lærer oss å bruke oss selv riktig. Den setter oss i stand til på beste måte å bruke hjerne, føtter og muskler, kropp, sinn og hjerte. Det er sinnets krefter, som står over alle andre, som skal herske over kroppens rike. Naturlige lyster og lidenskaper må stå under kontroll av samvittigheten og vår åndelige hengivenhet. Kristus er menneskehetens hode, og han ønsker ved den tjeneste han gjør for oss, å lede oss inn på himmelens hellige og rene stier. Ved hans nådes vidunderlige verk skal vi bli fullkomne i ham. {HOL 302.2}

Kristus fikk sin utdannelse hjemme. Moren var hans første menneskelige lærer. Fra hennes lepper og fra profetenes skrifter fikk han undervisning om himmelske ting. Han bodde i et enkelt hjem og bar trofast og glad sin del av hjemmets byrder. Han som hadde vært himmelens hersker, var en villig tjener og en kjærlig og lydig sønn. Han lærte seg et håndverk, og med sine egne hender arbeidet han i snekkerverkstedet sammen med Josef. Kledd som en alminnelig arbeider gikk han på gatene i den lille byen til og fra sitt beskjedne arbeid. {HOL 302.3}

Folk på den tiden verdsatte alt etter det utvendige. Etter hvert som gudsdyrkelsen hadde avtatt i kraft, hadde den tiltatt i pomp og prakt. Lærerne på den tiden prøvde å vinne respekt gjennom skryt og oppvisning. Overfor alt dette var Jesu liv en markert motsetning. Hans liv demonstrerte klart og tydelig hvor verdiløst det var det som menneskene betraktet som svært viktig. Han søkte ikke til datidens skoler, som opphøyet det som var betydningsløst og foraktet det som virkelig hadde verdi. Han fikk sin undervisning fra himmelske kilder, fra nyttig arbeid, fra studium av Skriften, fra naturen og fra livets erfaringer - fra Guds lærebøker, som er fulle av undervisning for dem som har en villig hånd, et seende øye og et forstandig hjerte. {HOL 303.1}

«Barnet vokste og ble sterkt, han ble fylt av visdom, og Guds velbehag var over ham.» Luk 2:40: {HOL 303.2}

Med en slik forberedelse begynte han sin virksomhet, og i all sin omgang med mennesker øvde han en velsignet innflytelse, en forvandlende kraft, som verden aldri før hadde vært vitne til. {HOL 303.3}

Hjemmet er barnets første skole, og det er her grunnvollen for et liv i tjeneste bør legges. Vi må ikke la prinsippene bli ren teori, men la dem få lov til å sette sitt preg på hele livsdannelsen. {HOL 303.4}

Ganske tidlig bør barnet lære å være hjelpsom. Så snart evner og krefter er tilstrekkelig utviklet, bør barnet få plikter å gjøre i hjemmet. Det bør oppmuntres til å hjelpe far og mor, til å fornekte og beherske seg selv, til å sette andres lykke og ve og vel foran sin egen, til å lete etter anledninger til å glede og hjelpe brødre, søstre og lekekamerater, og til å være vennlig mot gamle, syke og ulykkelige. Jo mer en ren tjeneråud råder i hjemmet, desto mer vil den vise seg i barnas liv. De vil lære å finne glede i tjeneste og oppofrelse for andre. {HOL 303.5}

Skolens arbeid

Opplæringen hjemme bør forsette på skolen. Også der må en hele tiden holde høyt at hele mennesket trenger utvikling, både det fysiske, det mentale og det åndelige, og at utdannelsen må føre til tjeneste og oppofrelse for andre. {HOL 304.1}

Det som framfor noe annet har kraft i seg til å forme karakteren og å lede livet inn i uegennyttig arbeid, er tjeneste for Kristi skyld i de små ting i hverdagen. Det er foreldres og læreres oppgave å vekke en slik ånd og å oppmuntre og lede riktig. De kunne ikke å blitt betrodd noe viktigere arbeid. Tjenestens ånd er av himmelen, og engler vil samarbeide med dem som anstrenger seg for å utvikle og oppmuntre i denne retningen. {HOL 304.2}

En slik utdannelse må være grunnlagt på Guds ord. Bare der blir disse prinsippene framstilt i hele sin fylde. Bibelen bør danne grunnvollen for studium og undervisning. Den viktigste av all kunnskap er kunnskap om Gud og den han utsendte. {HOL 304.3}

Alle barn og unge burde lære å kjenne seg selv. De burde lære å forstå den fysiske bygningen Gud har gitt dem, og de lovene de må rette seg etter om de skal holde seg friske. Alle bør ha grundig kjennskap til alminnelige skolefag, men de bør også ha opplæring i et håndverk som kan gjøre dem til praktiske menn og kvinner, godt skikket til å utføre dagliglivets plikter. I tillegg til dette bør de få undervisning og praktisk erfaring i forskjellige former for misjonsarbeid. {HOL 304.4}

En lærer best ved selv å formidle knnnskap

Når det gjelder å skaffe seg kunnskap, må de unge få lov til å gå fram i det tempo og så grundig som det passer den enkeltes evner. La deres studier være så omfattende som

de har evner til. Og etter hvert som de lærer, bør de få lov til å formidle sin kunnskap til andre. På den måten vil de utvikle sine mentale evner og krefter. Det er måten de anvender sin kunnskap på, som avgjør verdien av deres utdannelse. Hvis de bruker lang tid på å studere uten å gjøre forsøk på å la andre få del i det de har lært, vil det ofte være til større skade enn gagn for sann utvikling. Både hjemme og på skolen burde eleven anstrenge seg for å lære studieteknikk og hvordan de skal formidle den kunnskapen de har skaffet seg. Uansett hva en er kalt til, så burde en være både elev og lærer så lenge en lever. På den måten vil en stadig gå framover, ved at en setter sin lit til Gud og klynger seg til ham som er den uendelige visdom, han som kan åpenbare hemmeligheter som har vært skjult i slekt etter slekt, og som kan løse de vanskeligste problemer for dem som tror på ham. {HOL 304.5}

Guds ord legger stor vekt på den innflytelse venner har selv på voksne menn og kvinner. Hvor mye sterkere påvirker de da ikke utviklingen av sinn og karakter hos barn og unge. Den omgangskrets de velger, de prinsipper de følger og de vaner de danner vil avgjøre om de kommer til å være til nytte her i livet, og om hva som kommer til å skje med dem gjennom evigheten. {HOL 305.1}

Et sørgelig faktum som burde få foreldres hjerter til å skjelve, er at på mange skoler og læresteder som de unge blir sendt til for å få en intellektuell utdannelse, hersker det en innflytelse som misdanner karakteren, leder sinnet bort fra livets sanne mål og svekker moralen. l omgang med vantro og på grunn av fornøyelsessyke og dårlige kamerater mister mange sin naturlige renhet, troen på Gud og den selvoppofrende ånd som kristne fedre og mødre har oppelsket og utviklet gjennom bevisst opplæring og alvorlig bønn. {HOL 305.2}

Mange som begynner på skole for å utdanne seg i et eller annet yrke som de kunne ha brukt til å utføre uegennyttig tjeneste, går helt opp i verdslige studier. De blir grepet av en ærgjerrighet etter å vinne ry for sine kunnskaper og oppnå en ærefull stilling i verden. De mister av syne det mål de hadde med å komme til skolen, og de vier sitt liv til egennyttige og verdslige anstrengelser. Ofte legger de seg til vaner som ødelegger livet både for denne verden og for den kommende. {HOL 305.3}

Det er som regel slik at menn og kvinner som har høye idealer, uegennyttige hensikter og edle mål i livet, har utviklet disse egenskapene i omgang med andre fra barndommen av. Overfor Israel framholdt Gud til stadighet hvor nødvendig det er å passe på hvem barna er sammen med. Alt i det offentlige, religiøse og sosiale liv var ordnet slik at det skulle bevare barna fra dårlig innflytelse, og helt fra barndommen av ble de kjent med forskriftene og prinsippene i Guds lov. Den anskuelsesundervisningen som ble gitt folket da nasjonen ble opprettet, var slik at den gjorde et dypt inntrykk på alles hjerter. Før den siste forferdelige dommen falt over egypterne da deres førstefødte ble drept, gav Gud

befaling om at hans folk skulle samle barna sine i hjemmene. Dørstolpene til hvert hus ble merket med blod, og alle skulle holde seg innenfor den beskyttelse som dette tegnet var en forsikring om. På samme måte må også foreldre som i vår tid elsker og frykter Gud, holde barna i «paktens lenker» - beskyttet av den hellige innflytelse som er gjort mulig ved Kristi forløsende blod. {HOL 306.1}

Jesus sa om sine disipler: Jeg har gitt dem ditt ord. Og verden har hatet dem fordi de ikke er av verden, likesom jeg ikke er av verden.» Joh 17:14. {HOL 306.2}

«Skikk dere ikke lik denne verden,» byr Gud oss, «men bli forvandlet ved at deres sinn fornyes.» Rom 12:2. «Dra ikke i fremmed åk med vantro! For hva delaktighet har rettferd med urett? Eller hva samfunn har lys med mørke? ... Og hva enighet er det mellom Guds tempel og avguder? Vi er jo den levende Guds tempel, som Gud har sagt: Jeg vil bo hos dem og ferdes iblant dem, jeg vil være deres Gud og de skal være mitt folk. {HOL 306.3}

Gå derfor ut fra dem og skill dere fra dem, sier Herren, og rør ikke noe urent! Da vil jeg ta imot dere. Jeg skal være deres far, og dere skal være mine sønner og døtre, sier Herren, Den Allmektige.» 2 Kor 6:14-18. {HOL 307.1}

«Samle de små barn.» «Lær dem Guds bud og lover.» Joe! 2:16; 2M 18:16. «Slik skal de legge mitt navn på Israels barn, og så vil jeg velsigne dem.» 4M 6:27. «Og alle folk på jorden skal se at du er kalt med Herrens navn.» 5M 28:10. {HOL 307.2}

«Jakobs rest skal være midt iblant mange folk som dugg fra Herren, som en regnskur på urter, som ikke venter på noen. og ikke håper på menneskenes barn.» Mika 5:6. {HOL 307.3}

Vi regnes med blant Israels folk. All den undervisning som for århundrer siden ble gitt israelittene om hvordan de skulle oppdra og utdanne sine barn, og alle løfter om velsignelser hvis en følger denne undervisningen, gjelder oss. Guds ord lyder til oss: Jeg vil velsigne deg ..., og du skal bli en velsignelse.» 1M 12:2. {HOL 307.4}

Kristus sa om de første disiplene og om alle som på grunn av deres forkynnelse skulle komme til å tro på han: «Den herlighet som du har gitt meg, har jeg gitt dem, for at de skal være ett, likesom vi er ett, jeg i dem og du i meg, for al de skal være fullkommet til ett, for at verden kan kjenne at du har utsendt meg og elsket dem, likesom du har elsket meg.» Joh 17:22,23. {HOL 307.5}

Vidunderlige, vidunderlige ord, som troen nesten ikke klarer å fatte! Han som har skapt alle verdener, elsker dem som gir seg selv til hans tjeneste, likesom han elsker sin Sønn. Til og med her og nå får vi del i hans nådige velsignelse i en grad vi ikke forstår. Han har gitt oss ham som er Himmelens Lys og Majestet, og sammen med ham har han

gitt oss alle himmelens skatter. Selv om han har lovet oss mye i det kommende liv, så skjenker han oss fyrstelige gaver også i dette livet. Han ønsker at vi som får del i hans nåde, skal nyte alt som vil foredle, utvide og høyne vår karakter. Han lengter etter å få lov til å fylle de unge med kraft fra det høye, for at de kan stå under Kristi blodstenkte banner og arbeide som han arbeidet og lede sjeler inn på trygge stier og sette manges føtter på den evige Klippe. {HOL 307.6}

Alle som prøver å arbeide i harmoni med Guds undervisningsplan, vil finne styrke i hans nåde, hans uopphørlige nærvær og hans aldri sviktende kraft. Han sier til alle og enhver: «Vær frimodig og sterk! Frykt ikke og vær ikke redd! For Herren din Gud er med deg.» Jeg vil ikke slippe deg og ikke forlate deg. Jos 1:9,5. {HOL 308.1}

«Likesom regnet og snøen faller ned fra himmelen og ikke vender tilbake dit, men vanner jorden og får den til å bære og gro, så den gir såkorn til såmannen og brød til den som eter, slik skal mitt ord være, det som går ut av min munn. Det skal ikke vende tomt tilbake til meg, men det skal gjøre det jeg vil, og ha framgang med alt som jeg sender det til. For med glede skal dere dra ut, og i fred skal dere føres fram. Fjellene og haugene skal bryte ut i fryderop for deres ansikt, og alle markens trær skal klappe i hendene. Istedenfor tornebusker skal det vokse opp sypresser, istedenfor nesler skal det vokse opp myrter. Det skal være til et navn for Herren, til et evig tegn som ikke skal utslettes.» Jes 55:10-13. {HOL 308.2}

Overalt i verden er nasjonene i oppløsning, og det er behov for en grundig forvandling. Den undervisning de unge får, skal forme hele samfunnet. {HOL 308.3}

«De skal bygge opp igjen det som ble ødelagt i eldgammel tid, gjenreise det som har ligget øde fra de første slekter. De skal fornye ødelagte byer, det som har ligget øde fra slekt til slekt.» Mennesker skal kalle dem «Herrens prester, ... evig glede skal bli dem til del. For jeg, Herren, elsker rett.» «Trofast vil jeg gi dem deres lønn, og en evig pakt vil jeg slutte med dem. Deres ætt skal bli blant folkene, og deres etterkommere blant folkeslagene. Alle som ser dem, skal kjenne at de er en ætt som Herren har velsignet. ... For som jorden lar sine spirer skyte fram, og som en hage lar sine vekster spire, slik skal Herren Herren la rettferdighet og lovsang spire fram for alle folkenes åsyn.» Jes 61:4-11. {HOL 308.4}

DEN ALLER VIKTIGSTE KUNNSKAP

Kapitel 35 - Sann kunnskap om Gud

«Kunnskapen om Guds herlighet i Jesu Kristi åsyn skal lyse fram.» {HOL 309.1}

På samme måle som Frelseren er også vi i denne verden for å tjene Gud. Vi er her for å bli lik Gud i karakter og for å vise verden hvem han er ved å leve et liv i tjeneste for ham. For å kunne være hans medarbeidere og for å kunne bli lik ham og åpenbare hans karakter, må vi kjenne ham slik han er. Vi må kjenne ham slik han åpenbarer seg selv. {HOL 309.2}

Kunnskap om Gud danner grunnlaget for all sann utdannelse og all sann tjeneste. Det er den eneste sikre beskyttelse mot fristelse. Det er bare på denne måten vår karakter kan bli lik Guds. {HOL 309.3}

Det er denne kunnskapen som er nødvendig for alle som arbeider for å høyne sine medmennesker. Å forandre karakteren, å få et rent liv, å være dyktig i tjenesten, å være tro mot riktige prinsipper - alt dette er avhengig av riktig kunnskap om Gud. Denne kunnskapen er nødvendig når en skal forberede seg både for dette livet og for det kommende. {HOL 309.4}

«Å kjenne den hellige er forstand.» Ord 9: l0. Ved kunnskapen om ham» er gitt oss «alt som tjener til liv og gudsfrykt.» 2 Pet 1:2. «Dette er det evige liv,» sa Jesus, «at de kjenner deg, den eneste sanne Gud, og ham du har utsendt, Jesus Kristus.» Joh 17:3. {HOL 310.1}

«Så sier Herren: Den vise skal ikke rose seg av sin visdom, den sterke skal ikke rose seg av sin styrke, og den rike skal ikke rose seg av sin rikdom! Men den som vil rose seg, la ham rose seg av at han er forstandig og kjenner meg, at jeg er Herren, som gjør miskunn, rett og rettferdighet på jorden. For i det har jeg velbehag, sier Herren.» Jer 9:23,24. Vi behøver å granske hvordan Gud har åpenbart seg selv. {HOL 310.2}

«Forlik deg nå med ham, så vil du få fred . Og så skal lykken bli din. Ta imot lærdom av hans munn og legg deg hans ord på hjerte! . . Så skal Den Allmektige være ditt gull . {HOL 310.3}

Da skal du glede deg i Den Allmektige og løfte ditt åsyn til Gud. Du skal be til ham, og han skal høre deg. Du skal oppfylle dine løfter. Og setter du deg noe fore, da skal det lykkes for deg, og over dine veier skal det skinne lys. Når det fører nedover, skal du si: Oppover! Han skal frelse den som slår sitt øye ned.» Job 22:21-29. {HOL 310.4}

«Hans usynlige vesen, både hans evige kraft og hans guddommelighet, har vært synlig fra verdens skapelse av. Det kjennes av hans gjerninger.» Rom 1:20. {HOL 310.5}

Naturen slik vi ser den i dag, gir oss bare et svakt bilde av herligheten i Eden. Synden har ødelagt jordens skjønnhet, og vi kan se merker etter det ondes verk overalt. Men allikevel er det fremdeles mye vakkert å se. Naturen vitner om at han som har uendelig makt og er rik på godhet, kjærlighet og nåde, skapte jorden og fylte den med liv og glede. Selv nå når de er ødelagte, åpenbarer alle ting den store kunstnerens gjerninger. Hvor vi enn vender oss, kan vi høre Guds stemme og se beviser på hans godhet. {HOL 310.6}

Fra tordenens dype drønn og det gamle havets uendelige bulder til den glade fuglesangen som fylle skogen med musikk, forkynner naturens titusener av stemmer hans pris. Vi kan se hans herlighet på jord; hav og himmel gjennom de mange fargenyanser, som veksler mellom storslåtte kontraster og harmoniske sammensetninger. De evige fjell vitner om hans makt. Trærne, som svaier med sine grønne banner i solskinnet, og blomstene i sin berusende skjønnhet peker hen til sin skaper. Det levende grønne teppet som dekker den brune jorden, forteller om Guds omsorg for de aller minste av hans skapninger. Havets huler og jordens dyp åpenbarer hans skatter. Han som la perlene i havet og ametysten og krysolilten i fjellet, elsker det som er vakkert. Solen som løfter seg på himmelen, er et bilde på ham som er hele skaperverkets liv og lys. Alt det skjønne og vakre som smykker jorden og lyser opp himmelen, taler om Gud. {HOL 310.7}

«Hans prakt dekker himmelen.» Hab 3:3. «Jorden er full av det du har skapt.» Sal 104:24. {HOL 311.1}

«Den ene dag lar sin tale strømme fram til den andre, og den ene natt forkynner den andre sin kunnskap. Det er ikke tale, det lyder ingen ord, deres røst høres ikke. Men deres målesnor er gått ut over hele jorden, deres ord til jorderikets ender.» Sal 19:3-5. {HOL 311.2}

Alle ting forteller om hans kjærlige og faderlige omsorg og om hans ønske om å gjøre sine barn lykkelige. {HOL 311.3}

Den mektige kraft.som virker gjennom hele naturen og opprettholder alle ting, er ikke, som noen vitenskapsmenn hevder, bare et altomfattende prinsipp eller en slags energi som har satt det hele i gang. Gud er en ånd, men allikevel er han en levende person, for slik har han åpenbart seg for oss: {HOL 311.4}

«Herren er Gud i sannhet. Han er en levende Gud og en evig konge. «'. De guder som ikke har skapt himmelen og jorden, de skal bli borte fra jorden og ikke finnes under himmelen.» {HOL 311.5}

«Slik er ikke han som er Jakobs del. For han er den som har skapt alle ting.» {HOL 311.6}

«Han er den som har skapt jorden med sin kraft, som grunnfestet jorderiket ved sin visdom og spente ut himmelen ved sin forstand.» Jer:10 10, 1,16,12. {HOL 311.7}

Naturen er ikke identisk med Gud

Guds verk i naturen betyr ikke at det er Gud selv som er i naturen. Det som finnes.i naturen, er uttrykk for Guds karakter og makt, men vi må ikke betrakte naturen som Gud. Menneskets kunstneriske evner kan skape mange vakre ting som er en fryd for øyet, og disse tingene kan i en viss grad fortelle oss noe om kunstnerens tanker. Men det som er laget er ikke identisk med den som har laget det. Det er ikke kunstverket, men kunstneren som fortjener ære. Slik er det også i naturen. Når den gir uttrykk for Guds tanker, så er det ikke naturen, men naturens Gud som bør opphøyes. {HOL 312.1}

«Kom, la oss tilbe og bøye kne, la oss knele for Herren, vår Skaper.» {HOL 312.2}

«Han har jordens dyp i sin hånd, og fjelltoppene tilhører ham. Det er han som eier havet, for han har skapt det, det tørre land har hans hender formet.» Sal 95:6,4,5. {HOL 312.3}

«Søk Herren, ... han som har skapt Sjustjernen og Orion og lar dødsskygge bli til morgen og gjør dagen mørk som natten.» «Han som danner fjellene og skaper vinden og åpenbarer sine tanker for mennesket.» «Han har bygd sine høye saler i himmelen og grunnfestet sin hvelving over jorden. Han kaller på havets vannmasser og øser dem utover jorden. Herren er hans navn.» Amos 5:6-8; 4:13; 9:6. {HOL 312.4}

Jordens skapelse

Vitenskapen kan ikke forklare skaperverket. Hvilken vitenskap kan forklare livets mysterium? {HOL 312.5}

«Ved tro skjønner vi at verden er skapt ved Guds ord, så det en kan se, ikke er blitt til av det synlige.» Heb 11 :3. {HOL 312.6}

«Det er jeg som er lysets opphav og mørkets skaper. ... jeg, Herren, gjør alt dette. ... Jeg har gjort jorden, og menneskene på den har jeg skapt. Mine hender er det som har utspent himmelen, og hele dens hær har jeg latt stå fram.» «Min hånd har grunnfestet jorden, og min høyre hånd har utspent himmelen. Jeg kaller på dem, da står de der begge.» Jes 45:7-12; 48:13. {HOL 313.1}

Da Gud skapte jorden, var han ikke avhengig av materie som allerede eksisterte. «Han talte, og det skjedde. Han bød, og det stod der.» Sal 33:9. Alt, både det åndelige og det materielle, stod fram på Herrens ord og ble skapt med den mening han tilla det. Himmelen og hele dens hær, jorden og alt som er på den, oppstod ved hans munns. ånde. {HOL 313.2}

Da mennesket ble skapt, skjedde det ved en personlig Gud. Da Gud hadde dannet mennesket i sitt bilde, var menneskets legeme fullkomment på alle måter, men det var uten liv. Da blåste en personlig, selveksisterende Gud livsånden inn i dette legemet, og mennesket ble et levende og intelligent vesen. Alle deler av den menneskelige organismen ble satt i gang. Hjertet, årer, vener, tungen, hender, føtter, sanser, mentale evner, alt begynte å arbeide i henhold til sine lover. Mennesket ble en levende sjel. Ved Kristus, Ordet, skapte en personlig Gud mennesket og utstyrte det med intelligens og makt. {HOL 313.3}

Det stoffet vi består av, var ikke skjult for ham da vi ble skapt på hemmelighetsfulIt vis. Hans øyne så oss før vi ble dannet, og alt var skrevet i hans bok før noe av det ennå var til. {HOL 313.4}

Gud hadde til hensikt at mennesket, kronen på hans skaperverk, skulle uttrykke hans tanker og åpenbare hans herlighet mer enn alle laverestående skapninger. Men mennesket må ikke opphøye seg selv som Gud. {HOL 313.5}

«Rop med fryd for Herren, all jorden! Tjen Herren med glede, kom fram for hans åsyn med jubel! Kjenn at Herren er Gud! Han har skapt oss, ikke vi selv, til sitt folk og til den hjord han før. Gå inn gjennom hans porter med takkesang, inn i hans forgårder med lovsang. Takk ham og pris hans navn!» «Opphøy Herren, vår Gud, kast dere ued og tilbe på hans hellige berg! For hellig er Herren, vår Gud.» Sal 100:1-4; 99:9. {HOL 313.6}

Til enhver tid opprettholder Gud de tingene han har skapt, og han bruker dem som sine tjenere. Han virker gjennom naturlovene og anvender dem som sine redskaper. De har ikke noe liv i seg selv. Slik naturen virker vitner den om at et intelligent, aktivt og mektig vesen er til stede, en som lar alt skje etter sin vilje. {HOL 314.1}

«Til evig tid står ditt ord fast i himmelen, Fra slekt til slekt varer din trofasthet. Du grunnfestet jorden, og den stod der, Til å utføre dine dommer står de der ennå i dag, for alle ting er dine tjenere.» Sal 119:89-91. {HOL 314.2}

«Herren gjør alt det han vil, i himmelen og på jorden, i havet og i alle dyp.» Sal 135:6. {HOL 314.3}

«Han bød, og de ble skapt. Han satte dem på deres sted for all tid, for evig. Han gaven en lov som ingen av dem bryter.» Sal 148:5,6. {HOL 314.4}

Det er ikke på grunn av ett iboende kraft at jorden år etter år gir sin rike avling og fortsetter sin gang rundt solen. Den Eviges hånd er uten opphør opptatt med å styre denne kloden. Det er Guds kraft som uavbrutt er i virksomhet og holder jorden på plass i sin rotasjon, Det er Gud som lar solen stå opp. Han åpner himmelens sluser og gir regn. {HOL 314.5}

«Han er den som gir snø som ull, han strør ut rim som aske.» Sal 147:16. «Når han lar det tordne, broser vannene i himmelen. Han lar skyer stige opp fra jordens ender, sender lyn med regn og fører vind ut av sine lagerrom.» Jer 10: 13. {HOL 314.6}

Det er ved hans kraft plantene vokser, bladene blir grønne, blomstene springer ut og hver frukt blir moden. {HOL 314.7}

Det er ingen som fullt ut klarer å forstå hvordan, menneskekroppen virker, for den rommer hemmeligheter som selv de skarpeste hjerner ikke klarer å fatte. Når pulsen slår og åndedrett følger åndedrett, så skjer ikke det fordi at når organismen nå en gang ble satt i virksomhet, så fortsetter den bare mekanisk av seg selv, det er i Gud vi lever og beveger oss og er til. Hjertet som banker, pulsen som slår, hver nerve og muskel i den levende organisme holdes i orden og i virksomhet fordi Guds kraft alltid er til stede. {HOL 314.8}

Bibelen viser oss at Gud i sin høye og hellige bolig ikke holder seg i ro eller er taus og ensom, men at han er omgitt av tusen ganger tusen og titusen ganger titusen hellige vesener, som alle venter på å utføre hans vilje. Gjennom disse budbærerne står han hele tiden i forbindelse med hver eneste del av sitt rike, Ved sin Ånd er han til stede overalt. Ved hjelp av sin Ånd og sine engler tjener han menneskenes barn. {HOL 315.1}

Han sitter på sin trone over all jordens uro. Alt er synlig for hans guddommelige blikk, og fra sin store og fredfulle evighet bestemmer han hva han i sitt forsyn ser er best. {HOL 315.2}

«Jeg vet, Herre, at et menneske ikke selv råder for sin vei, at det ikke står til vandringsmannen å styre sin gang.» Jer 10:23. «Sett din lit til Herren av hele ditt hjerte. ... Kjenn ham på alle dine veier! Så skal han gjøre dine stier rette.» Ord 3:5,6, «Se, Herrens øyne ser til dem som frykter ham, som venter på hans miskunn, for å utfri deres sjel fra døden og holde dem i live under hungersnød.» Sal 33:18,19. «Hvor dyrebar er din miskunnhet, Gud! Menneskenes barn søker ly i dine vingers skygge.» Sal 36:8. «Salig er den som har Jakobs Gud til sin hjelp, og som setter sitt håp til Herren, sin Gud.» Sal. 146:5. «Jorden. er full av din miskunnhet, Herre.» Du elsker «rettferd og rett» «Du er en tilflukt for alle jordens ender og for havet langt borte. Han grunnfestet fjellene med sin kraft, ombundet med velde. Han stiller de brusende hav, deres bølgers brus og folkenes larm.» Sal 119:64; 33:5; 65:6-8. {HOL 315.3}

«Du skaper jubel der hvor morgen og kveld bryter fram.» Sal 65:9. «Du har kronet året med din godhet, og dine fotspor drypper av overflod.» Sal 65: 12. «Herren støtter alle dem som faller og oppreiser alle nedbøyde. Alles øyne vokter på deg, og du gir dem deres føde i rett tid. Du lukker opp din hånd og metter alt levende med det som er godt for dem.» Sal 145:14-16. {HOL 316.1}

Guds persoulighet er åpenbart i Kristus Gud har åpenbart seg som et personlig vesen gjennom sin Sønn. Som «avglansen av hans herlighet og avbildet av hans vesen» kom Jesus, som vår personlige frelser, til denne verden. Som vår personlige frelser for han opp til himmelen. Som vår personlige frelser går han i forbønn for oss i det himmelske tempel. Foran Guds trone fikk Johannes se «en som lignet en menneskesønn» som utførte prestetjeneste for oss. Heb 1:3; Åp l: 13. {HOL 316.2}

Kristus, verdens lys, skjulte sin blendende guddommelige glans og kom for å leve som et menneske blant menneskene, for at de uten å bli ødelagt kunne bli kjent med sin skaper. Siden synden skilte mennesket fra sin skaper, har ingen noen sinne sett Gud, bortsett fra slik han er åpenbart gjennom Kristus. {HOL 316.3}

«Jeg og Faderen er ett,» erklærte Kristus. «Ingen kjenne Sønnen uten Faderen, heller ikke kjenner noen Faderen uten Sønnen, og den som Sønnen vil åpenbare det for.» Joh 10:30; Mat 11:27. {HOL 316.4}

Kristus kom for å lære menneskene det Gud ønsket de skulle vite.. I himmelen der opp, på jorden og i det dype havet ser vi Guds skaperverk. Alt som er skapt vitner om hans makt, visdom og kjærlighet. Men allikevel kan verken stjernene eller havet eller elvestrykene lære oss om hvordan Gud er slik det er åpenbart i Kristus. {HOL 317.1}

Gud så at det var nødvendig med en klarere åpenbaring enn den som finnes i naturen, for å skildre både hans personlighet og hans karakter. Han sendte sin Sønn til verden for å åpenbare den usynlige Guds natur og egenskaper, i den grad det var mulig for det menneskelige øye å tåle det. {HOL 317.2}

Åpenbart for disiplene

La oss studere hva Kristus sa til disiplene på salen kvelden før han ble korsfestet. Han stod like foran prøvens stund, og han forsøkte å trøste disiplene, som skulle bli så hardt fristet og prøvd. {HOL 317.3}

«La ikke deres hjerte forferdes,» sa han: «I min Fars hus er det mange rom. Var det ikke slik, da hadde jeg sagt dere det. For jeg går bort for å gjøre i stand et sted for dere. ... «Tomas sier til ham: Herre, vi vet ikke hvor du går hen, hvordan kan vi da vite veien? Jesus sier til ham: Jeg er veien og sannheten og livet. Ingen kommer til Faderen uten ved meg. Hadde dere kjent meg, så hadde dere også kjent min Far. Og fra nå av kjenner dere ham og har sett ham. ... {HOL 317.4}

«Herre, vis oss Faderen,» sa Filip, «og det er nok for oss! Jesus sier til ham: Så lang en tid har jeg vært hos dere, og du kjenner meg ikke, Filip? Den som har sett meg, har sett Faderen. Hvordan kan. du da si: Vis oss Faderen? Tror du ikke at jeg er i Faderen, og

Faderen i meg? De ord jeg taler til dere, taler jeg ikke av meg selv, men Faderen, som blir i meg, han gjør sin gjerning.» Joh 14: l-l0. {HOL 317.5}

Disiplene skjønte ennå ikke hva Kristus sa om sitt forhold til Gud. Mye av hans lære var fremdeles dunkel for dem. Kristus ønsket at de skulle få en klarere og sikrere kunnskap om Gud. {HOL 317.6}

«Dette har jeg talt til dere i lignelser,» sa han. «Det kommer en tid da jeg ikke lenger skal tale til dere i lignelser, men fritt ut forkynne dere om Faderen.» Joh 16:25. {HOL 317.7}

På pinsedagen, da Den Hellige Ånd ble utgytt over disiplene, forstod de mye bedre de sannhetene Kristus hadde talt til dem i lignelser. Mye av den lære som hadde vært en hemmelighet for dem, ble gjort klar. Men selv ikke da ble hele Kristi løfte oppfylt for disiplene. De tok imot all den kunnskapen om Gud som de kunne tåle, men den fullstendige oppfyllelsen av løftet om at Kristus ville vise dem klart hvem Faderen er, lå ennå i framtiden. Slik er det også i dag. Vår kunnskap om Gud er bare delvis og ufullstendig. Når striden er endt og mennesket Jesus Kristus overfor Faderen kan gå god for sine trofaste tjenere, som i en syndig verden har vært hans sannferdige vitner, så skal de fullt ut kunne forstå det som nå er en hemmelighet for dem. {HOL 317.8}

Kristus tok med seg til den himmelske bolig sin herliggjorte menneskelighet. Han gir alle som tar imot ham, kraft til å bli Guds barn, slik at Gud til sist kan ta imot dem som sine for at de skal bo sammen med ham gjennom evigheten. Hvis de er tro mot Gud i dette livet, skal de til sist få «se hans ansikt, og hans navn skal være på deres panner.» Åp 22:4. Og hvilken større glede finnes vel i himmelen enn å få se Gud? Hvilken større glede kan en synder, frelst ved Kristi nåde, få enn å se inn i Guds ansikt og vite at han er hans Far? {HOL 318.1}

Skriften forteller klart og tydelig om forholdet mellom Gud og Kristus, og like klart lar den oss se den personlighet og individualitet hver av dem har. {HOL 318.2}

«Etter at Gud i fordums tid mange ganger og på mange måter hadde talt til fedrene gjennom profetene, har han nå i disse siste dager talt til oss gjennom Sønnen. ... Han er avglansen av hans herlighet og avbildet av hans vesen, og han bærer alle ting ved sin krafts ord. Etter at han hadde fullført renselsen for våre - synder, satte han seg ved Majestetens høyre hånd i det høye. Og han er blitt så meget større enn englene, som han har arvet et helligere navn framfor dem. For til hvem av englene har han noen gang sagt: {HOL 318.3}

«Du er min sønn jeg har født deg i dag'» -og et annet sted: «Jeg vil være far for ham. og han skal være sønn for meg.» {HOL 319.1}

I det syttende kapittel hos Johannes, i Kristi bønn for sine disipler, får vi vite mer om Faderens og Sønnens personlighet og den enhet som råder dem imellom: {HOL 319.2}

«Jeg ber ikke bare for disse, men også for dem som ved deres ord kommer til tro på meg, at de alle må være ett, likesom du, Far, i meg, og jeg i deg at også de må være ett i oss, for at verden skal tro at du har utsendt meg.» Joh 17:20,21. {HOL 319.3}

Den enhet som finnes mellom Kristus og hans disipler, rokker ikke ved personligheten til noen av dem. De har samme mål, samme sinn, samme karakter, uten å være samme person. Det er slik Gud og Kristus er ett. {HOL 319.4}

Guds karakter er åpenbart i Kristus

Da Kristus tok på seg menneskelig skikkelse, kom han for å bli ett med menneskene og på samme tid åpenbare vår himmelske Far for syndige mennesker. Bare han som hadde vært i Faderens nærhet fra begynnelsen av, han som var den usynlige Guds uttrykte bilde, var i stand til å åpenbare guddommens karakter for menneskeheten. Han ble lik sine brødre i alle ting. Han ble kjød slik vi er det. Han ble sulten og tørst og sliten. Han trengte mat for å leve og søvn for å være uthvilt. Han levde under samme vilkår som alle andre mennesker, men allikevel var han Guds plettfrie Sønn. Han var en fremmed og en pilegrim på jorden - i verden, men ikke av verden. Han ble fristet og prøvd på samme måte som menn og kvinner i dag blir fristet og prøvd, og allikevel levde han et liv uten synd. Han representerte Guds karakter ved å være mild, medlidende, sympatisk, hensynsfull og alltid opptatt med å tjene Gud og mennesker. {HOL 319.5}

«Herren har salvet meg,» sa han, «til å forkynne et godt budskap for de saktmodige. Han har sendt meg til å forbinde dem som har et sønderbrutt hjerte, til å utrope frihet for de fangne,» «og for blinde at de skal få syn,» til å utrope et nådens år fra Herren..., til å trøste alle sørgende.» Jes 61:1,2;Luk 4:18. {HOL 320.1}

«Elsk deres fiender,» byr han oss, «velsign dem som forbanner dere, gjør vel imot dem som hater dere, og be for dem som forfølger dere, for at dere kan bli barn av deres Far i himmelen.» «For han er god mot de utakknemlige og onde.» «Han lar sin sol gå opp over onde og gode, og lar det regne over rettferdige og urettferdige.» «Vær barmhjertige, likesom også deres Far er barmhjertig.» Mat 5;44,45; Luk 6;35; Mat 5:45; Luk 6:36. «På grunn av vår Guds inderlige miskunnhet, som lot soloppgang fra det høye gjeste oss, for å lyse for dem som sitter i mørke og dødsskygge, for å styre våre føtter inn på fredens vei.» Luk 1:78.79. {HOL 320.2}

Korsets herlighet

Korset danner midtpunktet for åpenbaringen av Guds kjærlighet til menneskene. Ingen tunge kan tale, ingen penn kan skildre, ingen tanke kan fatte korsets fulle

betydning. Når vi betrakter Golgatas kors, kan vi bare si: «Så har Gud elsket verden at han gav sin Sønn, den enbårne, for at hver den som tror på ham, ikke skal fortapes, men ha evig liv.» Joh 3:16. Kristus som er korsfestet for våre synder, Kristus som er oppreist fra de døde, Kristus som har dratt opp til det høye - dette er frelsens vitenskap som vi skal lære selv og forkynne for andre. {HOL 320.3}

Det var Kristus

«Kristus Jesus, han som da han var i Guds skikkelse, ikke holdt det for et røvet bytte å være Gud lik, men gav avkall på det og tok en tjeners skikkelse på seg, da han kom i menneskers liknelse. Og da han i sin ferd var funnet som et menneske, fornedret han seg selv og ble lydig til døden - ja, døden på korset.» Fil 2;5-8. {HOL 321.1}

«Kristus er den som er død, ja, mer enn det; som også er oppstått, som også er ved Guds høyre hånd.» «Derfor kan han også fullkomment frelse dem som kommer til Gud ved ham, da han alltid lever til å gå i forbønn for dem.» Rom 8:34; Heb 7;25. {HOL 321.2}

«Vi har ikke en yppersteprest som ikke kan ha medlidenhet med oss i vår svakhet, men en som er prøvet i alt i likhet med oss, men uten synd.» Heb 4;15. {HOL 321.3}

Det er gjennom Kristi gave vi tar imot enhver velsignelse. Gjennom denne gaven kommer den aldri sviktende strøm av Herrens godhet til oss dag etter dag. Hver eneste blomst med sine vakre farger og sin herlige duft er gitt oss til glede gjennom denne ene gaven. Solen og månen ble skapt av ham. Ikke en eneste av alle de stjernene som smykker himmelen er skapt av noen andre enn ham. Hver eneste reGudråpe som faller og hver lysstråle som skinner på vår utakknemlige jord. vitner om Guds kjærlighet gjennom Kristus. Alt er blitt gitt oss gjennom denne ufattelige gaven, Guds enbårne Sønn. Han ble naglet til korset for at all denne rikdom kunne strømme ned over alt Gud har skapt. {HOL 321.4}

«Se, hvor stor kjærlighet Faderen har vist oss, for at vi skal kalles Guds barn.» I Joh 3:1. «Fra gammel tid har jo ingen spurt eller hørt, og intet øye sett noen annen gud enn du gjøre slikt for dem som venter på ham.» Jes 64:3. {HOL 321.5}

Kunnskap som forvandler

Kunnskapen om Gud slik den er åpenbart i Kristus, er den kunnskapen alle frelste må eie. Det er denne kunnskapen som virker på karakteren slik at den forvandles. Når et menneske tar imot denne kunnskapen, vil den gjenskape Guds bilde i karakteren. Hele ens vesen vil få del i en åndelig kraft fra Gud. {HOL 322.1}

«Vi som med utildekket ansikt ser Herrens herlighet som i et speil, vi blir alle forvandlet til det samme bilde, fra herlighet til herlighet, som av Herrens Ånd.» 2 Kor 3:18. {HOL 322.2}

Frelseren sa om sitt eget liv: «Jeg har holdt min Fars bud.» Joh 15:10. «Han har ikke latt meg bli alene, for jeg gjør alltid det som er til behag for ham.» Joh 8:29. Slik Jesus var i sin menneskelige natur, vil Gud at hans etterfølgere skal være. I hans styrke skal vi leve det rene og edle livet som Frelseren levde. {HOL 322.3}

«Derfor», sier Paulus, «bøyer jeg mine knær for Faderen, han som er den rette far for alt som kalles barn i himmelen og på jorden. Jeg ber om at han etter sin herlighets rikdom, ved sin Ånd må gi dere å styrkes med kraft i det indre menneske, at Kristus må bo ved troen i deres hjerter, for at dere rotfestet og grunnfestet i kjærlighet, sammen med alle de hellige kan være i stand til å fatte hva bredde og lengde, høyde og dybde her er, og at dere må kjenne Kristi kjærlighet, som overgår all kunnskap, så dere kan bli fylt til hele Guds fylde.» Ef 3:14-19. {HOL 322.4}

«Derfor har vi heller ikke holdt opp med å be for dere, like fra den dag vi fikk høre om det. Vi ber om at dere må bli fylt med kunnskap om Guds vilje i all åndelig visdom og forstand, så dere kan vandre verdig for ,Herren, til behag for ham i alle ting, ved at dere bærer frukt og vokser i all god gjerning gjennom kunnskapen om Gud, og blir styrket med all kraft etter hans herlighets makt, så dere kan ha all utholdenhet og tålmodighet. Med glede kan dere da takke Faderen.» Kol 1:9-12. {HOL 322.5}

Det er denne kunnskapen Gud oppfordrer oss til å ta imot, og i sammenligning med denne er alt annet tomhet og ingenting verd. {HOL 322.6}

Kapitel 36 - Faren ved spekulativ kunnskap

En av de største farene ved å søke kunnskap gjennom vitenskapelig forskning er tendensen til å overvurdere den menneskelige forstand og tro at den kan utrette mer enn den i virkeligheten kan. Det er mange som forsøker å vurdere Skaperen og hans gjerninger ut ifra sin egen mangelfulle vitenskapelige kunnskap. De prøver å bestemme Guds natur, egenskaper og rettigheter, og gir seg hen til spekulative teorier om Den Evige. De som er opptatt av den slags studier, trår på forbudt grunn. Deres forskning vil ikke gi verdifulle resultater, og det er med fare for sjelen de fortsetter med den. {HOL 323.1}

Våre første foreldre ble ledet inn i synd fordi de ønsket å få kunnskap som Gud hadde holdt dem borte fra. Da de forsøkte å vinne denne, tapte de alt som var verd å eie. Dersom Adam og Eva ikke hadde rørt det forbudte treet, ville Gud ha gitt dem kunnskap - en kunnskap som syndens forbannelse ikke hviler over, en kunnskap som ville ha brakt dem evig glede. Alt de oppnådde ved å lytte til fristeren, var å gjøre seg kjent med synden og dens konsekvenser. Fordi de var ulydige, ble menneskeheten fremmed fra Gud og jorden skilt fra himmelen. {HOL 323.2}

Dette bør vi ta lærdom av. Der hvor Satan ledet våre første foreldre, er der hvor han lokker menneskene i dag. Han fyller verden med snedige fabler. Han bruker alle de muligheter han har til å friste menneskene til å spekulere omkring Gud. Slik prøver han å hindre dem i å få den kunnskapen om Gud som fører til frelse. {HOL 323.3}

Panteistiske teorier

I vår tid ser vi hvordan skoler og menigheter overalt blir påvirket av en spiritualistisk lære som undergraver troen på Gud og hans ord. Mange som bekjenner seg til å tro Skriften, godtar teorien om at Gud er en kraft som gjennomtrenger hele naturen. Men uansett hvor vakker denne teorien kan se ut, så er den et svært farlig bedrag. Den framstiller Gud på en feilaktig måte og vanærer hans storhet og majestet. Og det viser seg at den ikke bare fører mennesker på avveier, men den virker også nedbrytende. Mørket er dens element, sanselighet dens virkefelt. Følgen av å godta den er skilsmisse fra Gud, og for det falne menneske betyr det fullstendig undergang. {HOL 324.1}

Den tilstanden vi befinner oss i på grunn av synd, er unaturlig, og den makt som skal gjenopprette oss, må være overnaturlig, ellers har den ingen verdi. Men det finnes bare en makt som er i stand til å bryte det ondes makt over menneskehjertet, og det er Guds makt i Jesus Kristus. Bare ved blodet fra den korsfestede finnes det renselse fra synd. Ikke noe annet enn hans nåde kan gjøre oss i stand til å stå imot og underkue vår falne naturs tilbøyeligheter. De spiritualistiske teoriene om Gud reduserer hans nåde til ingenting. Dersom Gud er et prinsipp som gjennomsyrer hele naturen, så har han også bolig i ethvert

menneske, og for å bli hellige behøver bare menneskene å utvikle de mulighetene som finnes i dem selv. {HOL 324.2}

Når en følger disse teoriene til deres logiske slutning, så avviser de hele den kristne tankegang. De gjør behovet for forsoningen overflødig, og mennesket blir sin egen frelser. Disse teoriene om Gud gjør hans ord verdiløst, og de som tar imot dem står i stor fare for at de til slutt kommer til å betrakte hele Bibelen som eventyr. Det kan godt være at de setter dyd framfor last, men fordi de lukket Gud ute fra hans rettmessige stilling som hersker, så setter de sin lit til menneskelig kraft, som er verdiløs hvis ikke også Gud er med. Ene og alene menneske viljen uten Guds støtte eier ingen virkelig Kraft til å motstå og overvinne det onde. Sjelens motstandskraft vil bli brutt ned. Mennesket eier ikke noe forsvarsverk mot synd. Så snart en avviser Guds ord og den beskyttelse hans Ånd gir, vet vi ikke lenger hvor dypt ned vi vil komme til å synke. {HOL 324.3}

«Alt Guds ord er rent. Han er et skjold for dem som tar sin tilflukt til ham. Legg ikke noe til hans ord, for at han ikke skal straffe deg, og du stå som en løgner. «Den ugudelige fanges i sine egne misgjerninger, og han blir holdt fast av sin egen synds snarer.» Ord 30:5,6; 5:22. {HOL 325.1}

Guds hemmeligheter

«Det skjulte hører Herren vår Gud til, men det åpenbarte er for oss og for våre barn til evig tid, for at vi skal holde alle ordene i denne lov.» 5M 29:29. Vi må studere og forsøke å forstå den åpenbaringen Gud har gitt av seg selv i sitt ord. Men utover dette skal vi ikke forsøke å trenge oss. De mest intelligente mennesker kan anstrenge seg til det ytterste og slite seg ut på å gjette hvordan Guds natur er, men alt slikt vil være fruktesløst. Dette er ikke et problem vi har fått i oppdrag å løse. Ikke noe menneskesinn kan forstå Gud, og ingen skal hengi seg til å spekulere over hans natur. Her er taushet det samme som veltalenhet. Den Allvitende er hevet over all diskusjon. {HOL 325.2}

Selv ikke englene fikk lov til å ta del i de rådslagningene som fant sted mellom Far og Sønn da frelsesplanen ble lagt. Og heller ikke mennesker får lov å trenge inn i Den Høyestes hemmeligheter. Vi er ikke så uvitende om Gud som små barn er, men på samme måte som små barn kan vi elske og lyde ham. La oss istedenfor å spekulere på hans natur og allmakt, heller gi akt på de ord han har talt: {HOL 325.3}

«Kan du fatte Gud med din forstand? Eller kan du finne ut hvor Den Allmektige har sin grense? Guds visdom, himmelhøy er den. Hva kan du gjøre? Dypere enn dødsriket er den. Hva vet du? Lengre enn jorden er dens mål og bredere enn havet.» Job 11:7-9 {HOL 326.1}

«Men visdommen - hvor skal den finnes? Og hvor har forstanden sin bolig? Ikke noe menneske kjenner dens verd, og den finnes ikke i de levendes land. Dypet sier: I meg er

den ikke! Og havet sier: Den er ikke hos meg! Den kan ikke kjøpes for kostelig gull, og dens pris kan ikke oppveies med sølv. Den kan ikke kjøpes med Ofirs gull, med den kostbare onyks og safir. Gull og glass kommer ikke opp imot den, og en kan ikke bytte den til seg for kar av fint gull. Koraller og krystall kan ikke engang nevnes, og det å eie visdom er bedre enn perler. Etiopias topas kommer ikke opp imot den. Den kan ikke oppveies med det reneste gull. Hvor kommer da visdommen fra? Og hvor har forstanden sin bolig? Den er gjemt for alle levendes øyne. Den er skjult for himmelens fugler. Avgrunnen og døden sier: Bare et rykte om den er kommet oss for øre. Gud kjenner veien til den, og han vet hvor visdommen har sin bolig. For hans øye når til jordens ender. Alt under himmelen ser han. Da han fastsatte vinden dens vekt og gav vannet dets mål, da han satte en lov for regnet. Og en vei for tordenskyen, da så han visdommen og åpenbarte den, da lot han den stå fram og utforsket den. Og han sa til mennesket: Se, å frykte Herren, det er visdom, og å fly det onde er forstand.» Job 28:12-28. {HOL 326.2}

Vi kan ikke finne visdommen verken ved å lete på jordens bortgjemte steder eller ved å forsøke å trenge inn i hemmelighetene ved Guds vesen. Men vi kan finne den om vi i ydmykhet tar imot den åpenbaring som han har funnet behag i å gi oss, og ved å leve vårt liv i overensstemmelse med hans vilje. {HOL 326.3}

Selv ikke de med den høyeste intelligens kan forstå Jahves hemmeligheter slik de kommer til syne i naturen. I Guds ord finner vi mange spørsmål som de mest lærde ikke kan besvare. Disse spørsmålene ble ikke stilt for at vi skulle finne svarene på dem, men for å rette vår oppmerksomhet mot Guds dype mysterier, å lære oss at vår visdom er begrenset, og at vi i vårt dagligliv vil møte mye som ligger utenfor menneskers fatteevne. {HOL 326.4}

Skeptikere nekter å tro på Gud fordi de ikke kan forstå den uendelige makten han har åpenbart seg ved. Men Gud må anerkjennes like mye på grunn av det han ikke åpenbarer om seg selv, som på grunn av det vi med våre begrensede evner kan fatte. Gjennom både guddommelig åpenbaring og naturen har Gud vist oss hemmeligheter som setter krav til vår tro. Slik må det være. Vi kan hele tiden fortsette å granske, stille spørsmål og lære noe mer, men det vil alltid være en uendelighet tilbake. {HOL 327.1}

«Hvem har målt vannene med sin hule hånd og målt ut himmelen med sine utspente fingrer og samlet jordens muld i skjepper og veid fjell på vekt og hauger i vektskåler? Hvem har målt Herrens Ånd, og hvem lærer ham som hans rådgiver? ... Se, folkeslag er som en dråpe i et spann, som et støvgrann i en vektskål er de aktet. Se, øynene er som det fine støvet han lar fare til værs. Libanon forslår ikke til brensel, og dets dyr forslår ikke til brennoffer. Alle folkene er som intet for ham, som ingenting og bare tomhet er de aktet av ham. Hvem vil dere da ligne Gud med? Hva for et bilde vil dere sette ved siden av ham? ... Skjønner dere ikke? Hører dere ikke? Er det ikke kunngjort for dere fra først av?

Har dere ikke forstått jordens grunnvoller? Han er jo den som troner over den vide jord. Og de som bor på den, er som gresshopper. Han er den som bredte ut himmelen som et tynt teppe og utspente den som et telt til å bo i. '» Hvem vil dere da ligne meg med, så jeg skulle være ham lik? sier Den Hellige. Løft øynene mot det høye og se: Hvem har skapt alt dette? Han er den som fører deres hær ut i fastsatt tall, og som kaller dem alle ved navn. På grunn av hans veldige kraft savnes ikke en. {HOL 327.2}

«Hvorfor vil du si, Jakob, og tale slik, Israel: Min vei er skjult for Herren, og min Gud bryr seg ikke om min rett? Vet du det ikke, eller har du ikke hørt det? Herren er den evige Gud som skapte jordens ender. Han blir ikke trett, han blir ikke utmattet, hans forstand er uransakelig.» Jes 40:12-28. {HOL 327.3}

La oss lære noe om vår Gud storhet fra det Den Hellige Ånd har fortalt sine profeter. Profeten Jesaja skriver: {HOL 327.4}

«I det året kong Ussia døde, så jeg Herren sitte på en høy, opphøyet trone, og slepet av hans kåpe fylte templet. Serafer stod omkring ham. Seks vinger hadde hver. Med to dekket han ansiktet, med to dekket han føttene, og med to fløy han. Og den ene ropte til den andre og sa: Hellig, hellig, hellig er Herren, hærskarenes Gud! All jorden er full av hans herlighet. Dørpostenes fester bevet ved røsten av dem som ropte, og huset ble fylt med røk. {HOL 328.1}

«Da sa jeg: Ve meg! Jeg er fortapt, for jeg er en mann med urene lepper, og jeg bor midt iblant et folk med urene lepper. Og mine øyne har sett kongen, Herren, hærskarenes Gud. {HOL 328.2}

«Da fløy en av serafene bort til meg. Han hadde en gloende stein i hånden. Med en tang hadde han tatt den fra alteret. Og han rørte ved min munn med den og sa: Se, denne har rørt ved dine lepper, din misgjerning er tatt bort, og din synd er sonet.» Jes 6:l-7. {HOL 328.3}

«Det er ingen som du, Herre! Stor er du, stort og mektig er ditt navn. Hvem skulle ikke frykte deg, du folkenes konge!» Jer 10:6.7 {HOL 328.4}

«Herre, du ransaker meg og kjenner meg. Enten jeg sitter eller står opp, så vet du det. Langt borte fra forstår du min tanke. Enten jeg går eller ligger, ser du det, du kjenner nøye alle mine veier. For det er ikke et ord på min tunge - se. Herre, du vet det alt sammen. Bakfra og forfra omgir du meg, du legger din hånd på meg. Å forstå dette er for uendelig for meg, det er for høyt, jeg makter det ikke.» Sal 139. 1-6. {HOL 328.5}

«Stor er vår Herre, han er rik på kraft, hans forstand er uten mål» 147:5. {HOL 328.6}

«Han åpenbarer det dype og skjulte. Han vet hva som er i mørket, og hos ham bor lyset.» Dan 2:22. {HOL 328.7}

«Herren, han som gjør dette som han har visst fra evighet av.» «For hvem kjente vel Herrens sinn? Eller hvem var hans rådgiver? Eller hvem gav ham noe først så han skulle få vederlag? For av ham og ved ham og til ham er alle ting. Ham tilhører æren i all evighet.» Apg 15:17,18; Rom 11:34-36. {HOL 328.8}

«Den evige konge, den uforgjengelige, usynelige,» «han som alene har udødelighet og som bor i et lys dit ingen kan komme, han som intet menneske har sett og heller ikke kan se. Ham tilhører ære og evig makt!» 1 Tim 1:17; 6:16. {HOL 329.1}

Vil ikke hans høyhet forferde dere, og redselen for ham falle over dere?» Job 13: 11 {HOL 329.2}

«Er ikke Gud høy som himmelen? Og se de øverste stjernene, hvor høyt de står!» Job 22: l2 «Er det tall på hans skarer? Får ikke alle sitt lys fra ham?»Job 25:3. {HOL 329.3}

«Gud gjør storverk, og vi forstår dem ikke. Han sier til snøen: Fall til jorden! -likeså til skyllregnet, sitt sterke skyllregn. Han binder hvert menneskes hånd, for at alle mennesker må komme til å kjenne hans gjerninger. ,.. Han brer ut sine lynskyer. Han vender seg hit og dit, etter som han leder dem, for at de skal utføre alt det han byder dem over den vide jord. Han lar dem komme for å straffe, eller for å vise sin miskunnhet, når det er til gagn for hans jord. {HOL 329.4}

«Vend ditt øre til dette: Stå stille og gi akt på Guds under! Forstår dn hvordan Gud styrer dem og lar sine skyers lyn blinke fram? Forstår du hvordan skyene svever om i luften? Forstår du Den Allvitendes under? ... Kan du hjelpe ham med å spenne ut himmelen, så fast som et speil av støpt metall? Lær oss hva vi skal si til ham! Vi får ikke fram et ord for bare mørke! ... Og nå, menneskene kan ikke se på sollyset, det stråler for sterkt på himmelen etter at vinden har feiet og renset den. Fra Norden kommer gull. Om Gud er der en forferdende herlighet. Den Allmektige finner vi ikke, han er så stor i makt. Men retten og den strenge rettferdigheten krenker han ikke, Derfor frykter menneskene ham.» Job 37:5-24. {HOL 329.5}

«Hvem er som Herren vår Gud, han som troner så høyt, han som ser så dypt ned, i himmelen og på jorden?» Sal 113;5.6. «I virvelvind og storm går hans vei, skyer er støvet under hans føtter.» Nah 1:3. {HOL 329.6}

«Stor og høy lovet er Herren, hans storhet er uransakelig, En slekt skal lovprise dine gjerninger for den neste slekt, dine veldige gjerninger skal de forkynne. Jeg vil grunne på din høye majestet og herlighet og på dine undergjerninger. De skal tale om dine mektige og forferdelige gjerninger, dine store gjerninger vil jeg fortelle om. Minneord om din store godhet skal de la strømme ut, de skal synge med fryd om din rettferdighet. ... {HOL 329.7}

«Alle dine gjerninger skal lovprise deg, Herre, og dine fromme skal love deg. Om ditt rikes herlighet skal de tale og fortelle om din veldige kraft, for å kunngjøre for menneskenes barn hans veldige kraft og hans rikes herlighet.og ære. Ditt rike er et rike for alle evigheter, og ditt herredømme varer gjennom alle slekter. ... Min munn skal uttale Herrens pris, og alt kjød skal love hans hellige navn for evig og alltid.» Sal 145:3-21. {HOL 330.1}

Etter hvert som vi forstår mer og mer om hva Gud er, og hva vi selv er i hans øyne, vil vi frykte og skjelve for ham. La oss i vår tid ta til advarsel den skjebne som rammet dem som i gammel tid ikke brydde seg om at Gud hadde sagt at noe var hellig. Da israelittene dristet seg til å åpne arken på vei tilbake fra filistrenes land, ble de på en synlig måte straffet for sitt uærbødige vågestykke. {HOL 330.2}

Eller tenk på den straffen som rammet Ussa. Da arken ble ført til Jerusalem under Davids regjeringstid, strakte Ussa ut hånden sin for å støtte den. Fordi han tillot seg å røre symbolet på Guds nærvær, ble han øyeblikkelig rammet av døden. {HOL 330.3}

Da Moses, uten å ane at Gud var til stede, stod ved den brennende busken og ville snu seg for å se det underlige som skjedde, fikk han denne befalingen: {HOL 330.4}

«Kom ikke nærmere! Dra dine sko av føttene! For det sted du står på, er hellig grunn. ... Da skjulte Moses sitt ansikt, for han fryktet for å se Gud.» 2M 3:5,6. {HOL 330.5}

«Jakob tok av sted fra Be'er-seba og gav seg på vei til Karan. Og han kom til et sted hvor han ble natten over, for solen var gått ned. Han tok en av steinene der på stedet og la den under hodet, og så la han seg til å sove der. {HOL 330.6}

«Og da hadde han en drøm. Se, en stige var reist på jorden, og toppen nådde til himmelen. Og se, Guds engler steg opp og steg ned på den. Og se, Herren stod over den og sa: {HOL 330.7}

Jeg er Herren, din far Abrahams Gud og Isaks Gud. Det landet hvor du nå ligger, vil jeg gi deg og din ætt. ... Se, jeg er med deg og vil bevare deg hvor du går, og jeg vil føre deg tilbake til dette landet. For jeg vil ikke forlate deg før jeg har gjort det jeg har sagt deg. {HOL 330.8}

«Da Jakob våknet av sin søvn, sa han: Sannelig, Herren er på dette sted, og jeg visste det ikke. Han ble grepet av frykt og sa: Hvor forferdelig er ikke dette sted! Her er sannelig Guds hus, her er himmelens port.» 1M 28:10-17. {HOL 331.1}

I helligdommen både i tabernaklet i ørkenen og i templet, som begge var symboler på Guds bolig, var det en avdeling som har hellig fordi han var til stede der. Det var bare en som hadde lov til å løfte til side forhenget inn til dette stedet, som det var vevd inn kjeruber på. Hvis noen løftet til side dette forhenget og uten tillatelse trengte seg inn i det

hemmelighetsfulle aller helligste, var det ensbetydende med døden. For over nådestolen var Den Helligstes herlighet - en herlighet som ikke noe menneske kunne tåle å se på den ene dagen i året som var bestemt til tjeneste i det aller helligste, trådte øverstepresten skjelvende inn for Guds åsyn, mens skyer av røkelse skjulte herligheten for hans øyne. Ute i tempelforgården var det ikke en lyd å høre. Ingen prester gjorde tjeneste ved altrene. Folket tilbad og bøyde seg i stille ærefrykt mens de sendte opp sine bønner om Guds nåde. {HOL 331.2}

«Alt dette hendte dem som forbilder, og det er skrevet til formaning for oss, som de siste tider er kommet til.» I Kor 10:11. {HOL 331.3}

«Herren er i sitt hellige tempel. Vær stille for hans åsyn, all jorden!» Hab 2:20. «Herren regjerer, folkene bever. Han er den som troner over kjerubene, jorden skjelver. Stor er Herren på Sion, opphøyet er han over alle folkene. De skal prise hans navn, det store og forferdelige. Hellig er han.» Sal 99: 1-3. I himmelen har Herren sin trone. Hans øyne skuer ut, hans blikk prøver menneskenes barn.» Sal t l:4. «Fra sin høye helligdom» «ser han ned til alle dem som bor på jorden. Han er den som har skapt deres hjerter - alle sammen, og han gir akt på alle deres gjerninger.» Sal 102:20: 33:14,15. «La all jorden frykte for Herren, og alle de som bor i verden, beve for ham!» Sal 33,8. {HOL 331.4}

Mennesket kan ikke utforske Gud. Ingen må være så overmodig å prøve å løfte til side det forhenget som skjuler hans herlighet. «Hvor uransakelige hans dommer er, og hvor usporlige hans veier.» Rom 11 :33. At han skjuler sin makt, er et bevis på hans miskunnhet, for det er det samme som døden å løfte på forhenget som dekker over hans nærvær. Ikke noe dødelig menneskesinn kan trenge inn i de hemmelige steder hvor Den Allmektige bor og virker. Vi kan ikke forstå mer om ham enn hva han ser er tjenlig å åpenbare. Fornuften må bøye seg for at det finnes en makt som står høyere enn den selv. Hjerte og sinn må bøye seg for den store JEG ER. {HOL 332.1}

Kapitel 37 - Falsk og sann utdannelse

Det store mestergeniet som leder de onde kreftene, prøver til enhver tid å skjule Guds ord og isteden sette menneskers meninger fremst. Han ønsker ikke at vi skal høre Guds stemme som sier: «Dette er veien, gå på den!» Jes 30:21. Ved å fordreie utdannelsessystemet gjør han sitt ytterste for å formørke det lys som kommer fra himmelen. {HOL 333.1}

Filosofiske spekulasjoner og vitenskapelig forskning som ikke anerkjenner Gud, gjør tusener til skeptikere. I skolene i vår tid blir de svarene som lærde menn har kommet til gjennom sine vitenskapelige undersøkelser, tillagt stor vekt i undervisningen, samtidig som det kommer tydelig fram at dersom disse lærde mennene har rett, så har Bibelen feil. Skeptisismen virker tiltrekkende på menneskesinnet. De unge finner i den en uavhengighet som tar fantasien til fange, og de blir bedratt. Satan triumferer. Han gir næring til den aller minste tvil som er sådd i unge hjerter. Han får den til å vokse og bære frukt, og snart kan han samle inn en rik høst av vantro. {HOL 333.2}

Fordi menneskehjertet har en tilbøyelighet til å følge det som er ondt, er det så farlig å så skeptisismens sæd i de unges sinn. Alt som svekker troen på Gud, berøver sjelen for kraft til å motstå fristelse. Det fjerner det eneste virkelige vern mot synd. Vi. trenger skoler hvor de unge kan lære at storhet består i å ære Gud ved å åpenbare hans karakter i dagliglivet. Vi trenger å lære om Gud gjennom hans ord og hans gjerninger slik at hensikten med våre liv kan bli oppfylt. {HOL 333.3}

Vantro forfattere

Mange tror at det er nødvendig å studere hva vantro forfattere har skrevet for å bli utdannet, fordi disse bøkene inneholder mange strålende tanker. Men hvem er opphavsmannen til disse strålende tankene? Det er Gud og bare Gud. Han er kilden til alt lys. Så hvorfor skulle vi behøve å vasse gjennom en masse villfarelser som finnes i bøkene til disse vantro forfatterne, bare for å finne noen få intellektuelle sannheter, når all sannhet står til vår rådighet? {HOL 334.1}

Hvordan får menn som er i krig mot Guds rike, fatt i den visdommen de til tider viser at de har? Satan selv fikk sin utdannelse i himmelen, og han har kunnskap om det gode så vel som det onde. Han blander det dyrebare med det dårlige, og det er dette som gir ham makt til å forføre. Men skal vi ta imot Satan som en lysengel bare fordi han har tatt på seg en strålende himmelsk drakt? Fristeren har sine medarbeidere som er utdannet etter hans metoder og inspirert av hans ånd for å være skikket til å utføre hans arbeid. Skal vi samarbeide med dem? Skal vi ta imot de verker hans medarbeidere har utgitt, og mene at de er nødvendige for å få en utdannelse? {HOL 334.2}

Dersom den tid og det arbeid som blir brukt til å forsøke å forstå strålende tanker hos vantro forfattere, isteden ble brukt til å studere alt det dyrebare som finnes i Guds ord, så ville tusener som nå sitter i dødens skygge og mørke, kunne fryde seg over den herligheten som stråler fra Livets Lys. {HOL 334.3}

Historisk og teologisk kunnskap

Det er mange som tror at det er nødvendig å tilegne seg om fattende kjennskap til historiske og teologiske skrifter når de skal forberede seg til å utføre misjonsarbeid. De tror som så at slik kunnskap vil være til hjelp for dem når de skal forkynne evangeliet. Men alt deres strev etter å granske menneskers meninger vil snarere svekke enn styrke dem i deres arbeid. Når jeg ser biblioteker fylte med tykke bind om historiske og teologiske emner, tenker jeg: «Hvorfor bruke penger på det som ikke er brød?» Det sjette kapitlet hos Johannes forteller oss mer enn vi kan finne i slike verker. Kristus sier: «Jeg er livets brød. Den som kommer til meg, skal ikke hungre. Og den som tror på meg, skal aldri noen gang tørste.» «Jeg er det levende brød som er kommet ned fra himmelen. Om noen eter av dette brød, skal han leve i evighet» «Den som tror, har evig liv.» «Det ord jeg har talt til dere, er ånd og liv.» Joh 6:35,51,47,63. {HOL 334.4}

Det finnes en form for historisk studium vi ikke må vende oss bort fra. Historien om Guds ledelse var et av emnene i profetskoIene. l det som er nedtegnet om hvordan Jehova handlet overfor nasjonene, kunne en skimte hans fotspor. Slik bør vi også i vår tid finne ut av Guds handlemåte overfor nasjonene på jorden. l historien vil vi kunne se hvordan profetiene har blitt oppfylt, vi vil kunne se Guds ledende hånd i de store reformasjonsbevegelsene, og der vil vi kunne forstå hvordan den ene begivenheten følger den andre når nasjonene ruster seg til den avgjørende kampen i den store strid. {HOL 335.1}

Et slikt studium vil øke vår forståelse av hva livet går ut på. Det vil hjelpe oss til å forstå hvordan menneskene står i forhold til hverandre og er avhengige av hverandre, hvor vidunderlig vi er knyttet sammen i samfunnets og nasjonenes brorskap, og i hvor stor grad det betyr et tap for alle at den ene blir undertrykket og nedverdiget. {HOL 335.2}

Men slik historie vanligvis blir studert, er man først og fremst opptatt av menneskers bedrifter, deres seirer i krig og deres hell i å oppnå makt og storhet. Det blir ikke tatt hensyn til at Gud blander seg inn i menneskenes liv. Det er bare noen få som studerer hvordan hans plan kommer til syne i rikenes vekst og forfall. {HOL 336.1}

Og når en ser hvordan teologi blir studert og undervist, så finner en at det er i stor grad bare en framstilling av menneskelige spekulasjoner, som ikke tjener til annet enn å «formørke ditt råd i uforstand». Altfor ofte er motivet for å skaffe seg alle disse bøkene

ikke først og fremst et ønske om å finne mat for sinn og sjel, men heller en trang etter å gjøre seg kjent med filosofer og teologer; en lyst til å kunne framstille kristendommen for folk med lærde uttrykk og setninger. {HOL 336.2}

En kan ikke erstatte et hellig liv med alle de bøker som er skrevet. «Ta mitt åk på dere og lær av meg,» sa den store læremesteren, «for jeg er saktmodig og ydmyk av hjertet.» Mat 11 :29. Din åndelige stolthet vil ikke kunne hjelpe deg når du skal snakke med mennesker som holder på å forgå av mangel på livets brød. Når du studerer slike bøker, så lar du dem ta plassen til de praktiske lærdommene du skulle hente fra Kristus. Folket får ingen næring ved at du studerer disse bøkene. Svært lite av all den granskning som er så slitsom for sinnet, gir noe som er til hjelp for å lykkes i arbeidet for sjeler. {HOL 336.3}

Frelseren kom for å «forkynne evangeliet for fattige.» Luk 4: 18. Når han underviste, brukte han enkle ord og tydelige bilder. Og det fortelles at «den store folkemengden hørte ham gjerne.» Mark 12:37. De som ønsker å arbeide for ham i vår tid, trenger å få en dypere innsikt i de lærdommene han har gitt. {HOL 336.4}

Den levende Guds ord står over all annen utdannelse. De som skal hjelpe folk, trenger å spise av livets brød. Det vil gi dem åndelig styrke, som vil gjøre dem skikket til å hjelpe alle klasser av mennesker. {HOL 336.5}

De klassiske forfatterne

På høyere skoler og universiteter bruker tusener av unge mennesker en stor del av sine beste år til å studere gresk og latin. Og mens de er opptatt av disse studiene, blir deres sinn og karakter påvirket av de onde tankene i hedensk litteratur, en lesning som vanligvis blir betraktet som nødvendig for å kunne studere disse språkene. {HOL 337.1}

De som kjenner disse klassikerne, hevder at «de greske tragediene er fulle av incest, mord og menneskeofringer til vellystige og hevngjerrige guder.» Det ville være langt bedre for verden om slike kilder ikke var blitt brukt i undervisningen. «Kan noen gå på glør uten at hans føtter blir svidd?» Ord 6:28. «Kunne det bare komme en ren av en uren! Ikke en!» Job 14:4. Hvordan kan vi da forvente at de unge skal utvikle en kristen karakter når de i sin utdannelse blir påvirket av en lære som setter seg ut over prinsippene i Guds lov? {HOL 337.2}

Når studenter gjør seg fri fra alle bånd og kaster seg ut i holdningsløse fornøyelser, forlystelser og ondskap, så gjør de ikke annet enn å ta etter det som er blitt vist dem i deres studier. Det finnes yrker hvor det er nødvendig å ha kunnskap om gresk og latin, så noen må studere disse fagene. Men det er mulig å skaffe seg den kunnskap som er nødvendig til praktisk bruk, uten at man behøver å studere litteratur som er fordervet og virker fordervende. {HOL 337.3}

Og det er ikke mange som trenger å kunne gresk og latin. Studiet av døde språk burde komme i annen rekke, etter fag som lærer hvordan en på en riktig måte skal bruke alle kroppens og sinnets krefter. Det er rett og slett dumt av studenter å bruke sin tid på å lære seg døde språk eller for den saks skyld en hvilken som helst boklig kunnskap framfor en utdannelse som setter dem i stand til å utføre livets praktiske plikter. {HOL 337.4}

Hva tar studentene med seg når de forlater skolen? Hvor drar de? Hva kommer de til å gjøre? Har de den kunnskap som skal til for å undervise andre? Har de fått en utdannelse som vil gjøre dem til skikkelige fedre og mødre? Kan de stå i spissen for en familie som vise oppdragere? Den eneste utdannelse som fortjener å kalles utdannelse, er den som leder unge menn og kvinner til å bli lik Kristus, som gjør dem skikket til å bære livets ansvar og å kunne styre en familie. En slik utdannelse skaffer en seg ikke ved å studere hedenske klassikere. {HOL 337.5}

Spenningslitteratur

Mange av de bøkene som er populære i vår tid, er fylt med spennende fortellinger som lærer de unge opp til ondskap og leder dem ut på fortapelsens vei. De som av år ennå er bare barn, vet like mye om kriminalitet som gamle folk. De blir lokket til å gjøre det som er ondt gjennom de eventyrene de leser. l fantasien utfører de de handlingene de har lest om, inntil de har fått vekket lysten til å finne ut om de selv kan begå forbrytelser og unngå straff. {HOL 338.1}

I barnas og de unges livlige tanker står skildringene om en tenkt framtid som virkelig. Når det blir forutsagt kommende revolusjoner og alle slags hendelser som bryter ned respekten for lov og orden, blir mange grepet av ånden i det som blir beskrevet. De blir ledet til å begå forbrytelser som om mulig er enda verre enn de som disse sensasjonsforfatterne har skildret. Samfunnet blir demoralisert gjennom en slik innflytelse som dette. Lovløshetens sæd blir sådd vidt og bredt. Ingen behøver å undres over at resultatet blir en høst av forbrytelser. {HOL 338.2}

Bøker med romantiske, lettsindige og spennende eventyr er neppe en mindre forbannelse for leseren. Det kan godt være at forfatteren hevder å framholde en moralsk lærdom, og i hans bøker er det kanskje også flettet inn religiøse stemninger, men disse har ofte bare til hensikt å skjule den dårskap og tomhet som finnes under overflaten. {HOL 338.3}

Verden er oversvømmet med bøker som er fylt med forlokkende villfarelser. De unge aksepterer som sannhet det som Bibelen avviser som løgn, og de liker og klynger seg til bedrag som vil ødelegge sjelen. {HOL 338.4}

Det finnes romaner og noveller som er skrevet med den hensikt å framholde en sannhet eller å avsløre et eller annet stort onde. Noen av disse bøkene har utrettet mye

godt. Men allikevel har de også gjort usigelig skade. De inneholder utsagn og sterke skildringer som egger fantasien og vekker en lang rekke tanker som særlig for ungdom er svært farlige. De scenene som er beskrevet, gjennomlever de gang på gang i sine tanker. Den slags lesestoff gjør sinnet uskikket til å gjøre nytte for seg og ute av stand til å utføre åndelig virksomhet. Interesse for Bibelen blir ødelagt. Tankene har lite rom igjen for himmelske ting. Når sinnet dveler ved urene skildringer, blir lidenskapene vekt, og enden på det hele blir synd. {HOL 339.1}

Til og med skjønnlitteratur som ikke inneholder hentydninger til noe urent, og som kan ha til hensikt å framholde fine prinsipper, er skadelig. Slike bøker er med på å gjøre det til en vane å lese raskt og overfladisk bare for fortellingens skyld. På den måten er det lett for at evnen til å tenke grundig og helhetlig blir ødelagt, og en blir ute av stand til å tenke dypt over pliktens og skjebnens store problemer. {HOL 339.2}

Fordi skjønnlitteratur stimulerer en forkjærlighet for det som er moro, skaper den også en ulyst til å ta på seg livets praktiske plikter. Gjennom dens spennende, berusende kraft er det ikke sjelden at den er årsak til både mentale og fysiske lidelser. Det er mange ødelagte og forsømte hjem, mange livsvarige invalide, mange pasienter på psykiatriske klinikker, som er blitt slik fordi de hadde for vane å lese romaner. {HOL 339.3}

Det blir ofte hevdet at for å holde de unge borte fra spennende og verdiløs litteratur, må vi gi dem diktning av en høyere klasse. Dette er det samme som å prøve å kurere alkoholikeren ved å gi ham mildere rusdrikker, som vin, øl og cider, istedenfor whisky eller konjakk. Ved å drikke svak alkohol ville han litt etter litt få en økt lyst på sterkere rusdrikker. Det eneste trygge for drankeren er, som for avholdsmannen, total avholdenhet. Den samme regelen gjelder for den som er henfallen til skjønnlitteratur. {HOL 339.4}

Total avholdenhet er det eneste trygge. {HOL 339.5}

Eventyr og sagn

I utdannelsen av barn og unge har eventyr, sagn og oppdiktede historier fått en stor plass. Bøker med et slikt innhold blir brukt i skolene, og de finnes også i mange hjem. Hvordan kan kristne foreldre tillate sine barn å bruke bøker som i den grad er fylt med løgn. Når barna kommer med spørsmål om hva de betyr disse fortellingene, som er så forskjellige fra det foreldrene har lært dem, får de til svar at fortellingene er ikke sanne. Men dette fjerner ikke den skaden disse fortellingene allerede har gitt. Ideene i disse bøkene vil leder barna. De gir dem et feilaktig syn på livet. og de avler og fostrer et ønske om det uvirkelige. {HOL 340.1}

Den store utbredelsen slike bøker har fått i vår tid, er et av Satans listige påfunn. Han forsøker å få både unge og gamle til å glemme hvor viktig det er å utvikle karakteren.

Han har til hensikt å rive våre barn og unge bort ved hjelp av de sjeleødeleggende bedrag som fyller verden. Derfor prøver han å lede deres sinn bort fra Guds ord og på den måten hindre dem i å få kunnskap om de sannhetene som ville beskyttet dem. . {HOL 340.2}

Bøker som fordreier sannheten burde aldri komme i hendene på barn og unge. Skolen må ikke få lov til å gi barna våre ideer som viser seg å være spirer til synd. Dersom de voksne ikke hadde noe med slike bøker å gjøre, ville også de stå mye tryggere, og deres eksempel og innflytelse til det gode ville gjøre det mye mindre vanskelig å beskytte de unge mot fristelse. {HOL 340.3}

Vi har overflod av det som er virkelig, av det som er guddommelig. De som tørster etter kunnskap, trenger ,ikke gå til forurensede vannkilder. Herren sier: «Vend ditt øre til og hør på vismenns ord! Bøy ditt hjerte til min kunnskap!... For at du skal sette din lit til Herren. lærer jeg deg i dag - nettopp deg! Har jeg ikke skrevet til deg kjernespråk med råd og kunnskap? Det er for å kunngjøre deg det som er rett, sannhets ord, så du kan svare dem som sender deg, med sanne ord.» Ord 22:17-21. «Han har reist et vitnesbyrd i Jakob og satt en lov i Israel, som han bød våre fedre å kunngjøre for sine barn.» Sal 78:5. «Det vil vi ikke skjule for våre barn. For den kommende slekt vil vi kunngjøre Herrens pris og hans styrke og de undergjerninger som han har gjort.» Sal 78:4. «For at den kommende slekt, de barn som skulle bli født, skulle lære å kjenne dem, så de igjen kunne stå fram og fortelle dem for sine barn. Slik skulle de sette sitt håp til Gud.» Sal 78:6,7, «Det er Herrens velsignelse som gjør rik, og eget strev legger ikke noe til.» Ord 10:22. {HOL 340.4}

Kristi undervisning

Det var på denne måten Kristus forkynte sannhetens prinsipper i evangeliet. I hans undervisning kan vi drikke av det rene kildevannet som strømmer fra Guds trone. Kristus kunne ha latt menneskene få del i kunnskap som ville ha overgått alle tidligere avsløringer og stilt alle andre oppdagelser i skyggen. Han kunne ha avslørt den ene hemmeligheten etter den andre og konsentrert menneskenes ivrige og oppriktige tenkning helt fram til tidenes ende omkring disse vidunderlige åpenbaringene. Men han hadde ikke råd til å gi fra seg et eneste lite øyeblikk som han kunne bruke til å undervise om frelsens vitenskap. Han verdsatte sin tid, sine evner og sitt liv så høyt at han brukte dette bare for å arbeide for menneskers frelse. Han var kommet for å søke og frelse det som var fortapt, og han lot seg ikke avspore fra denne oppgaven. Han tillot ikke noe å avlede ham. {HOL 341.1}

Kristus gav oss bare slik kunnskap som kunne være til nytte. Hans undervisning for folket var begrenset til å gjelde det de trengte i deres dagligliv. Han tilfredsstilte ikke den nysgjerrigheten som fikk dem til å komme til ham med utfordrende spørsmål. Han brukte slike spørsmål som en anledning til å komme med seriøse, alvorlige og livsviktige

appeller. De som var så ivrige etter å plukke frukt fra kunnskapens tre, tilbød han frukt fra livets tre. De oppdaget at alle veier var stengt bortsett fra den som fører til Gud. Alle vannkilder var forseglet unntatt kilden til evig liv. {HOL 341.2}

Vår Frelser oppmuntret ingen til å gå på rabbinernes skole på hans tid, fordi deres sinn ville bli ødelagt ved at de stadig gjentok: «De sier,» eller «Det er blitt sagt.» Så hvorfor skulle vi godsikrere menneskers usikre ord som opphøyet visdom, når en større og sikrere visdom står til vår rådighet? {HOL 342.1}

Det jeg har sett av evige ting, og det jeg har sett av menneskelig svakhet, har gjort et dypt inntrykk på mitt sinn og mitt livsverk. Jeg ser ikke noe som mennesket fortjener ære og pris for. Jeg ser ingen grunn til at en skulle stole på og opphøye meninger til denne verdens vise og såkalte store menn. Hvordan kan mennesker som er blottet for guddommelig opplysning, ha riktige begreper om Guds planer og veier? Enten fornekter de ham helt og benekter hans eksistens, eller så innskrenker de hans makt ved sine egne begrensede forestillinger. {HOL 342.2}

La oss velge å bli undervist av ham som skapte himlene og jorden, av ham som satte stjernene på sin riktige plass i himmelrommet og bestemte hvilken oppgave solen og månen skulle ha. {HOL 342.3}

Det er riktig av de unge å føle at de må utvikle sine mentale evner til det ytterste. Vi ønsker ikke å begrense den undervisningen som Gud ikke har satt noen grense for. Men alt vi måtte nå, har ingen betydning hvis det ikke blir brukt til å Guds ære og menneskehetens beste. {HOL 342.4}

Det er ikke bra å fylle hjernen med studier som krever et voldsomt slit, hvis det ikke har noen nytte i det praktiske liv. En slik utdannelse vil bare være til tap for studenten, for slikt studier svekker lysten og trangen til å studere slikt som vil gjøre en bedre skikket til å fylle sitt ansvar. En praktisk utdannelse er mye mer verd enn en hvilken som helst ren teoretisk kunnskap. Det er ikke nok å eie kunnskap, vi må også ha evne til å bruke kunnskapen riktig. {HOL 342.5}

Den tid, de penger og det studium som så mange ofrer for å skaffe seg en forholdsvis unyttig utdannelse, burde heller bli brukt til å få seg en utdannelse som ville gjøre dem til praktiske menn og kvinner, skikket til å bære livets ansvar. En slik utdannelse ville være av den største verdi. {HOL 342.6}

Det vi trenger, er kunnskap som vil styrke sinnet og sjelen, som vil gjøre oss til bedre menn og kvinner. Å utdanne hjertet er mye viktigere enn ren boklig lærdom. Det er bra, ja, til og med nødvendig, å ha kunnskap om den verden vi lever i, men dersom vi slutter å regne med evigheten, gjør vi et feilgrep vi aldri kan rette opp igjen. {HOL 343.1}

En student kan sette alle sine evner inn for å sikre seg kunnskap, men hvis han ikke har kunnskap om Gud og lar være å følge de lover som styrer hans egen kropp, vil han ødelegge seg selv. Dårlige vaner skader evnen til å verdsette seg selv, og det vil gå ut over selv kontrollen. Han klarer ikke lenger å tenke riktig om det som angår ham aller mest. Han begynner å behandle sitt eget sinn og sin egen kropp uvørent og ufornuftig. Ved å forsømme å utvikle rigtige prinsipper, blir han ødelagt både for denne og den kommende verden. {HOL 343.2}

Dersom de unge forstod sin egen svakhet, ville de finne styrke hos Gud. Dersom de ønsker å lære av ham, vil de bli vise i hans visdom, og deres liv vil bli til velsignelse for verden. Men dersom de lar sine sinn være opptatt bare av verdslige og spekulative studier, og slik lar seg skille fra Gud, vil de miste alt som beriker livet. {HOL 343.3}

Kapitel 38 - Betydningen av å søke sann kunnskap

Vi trenger å forstå bedre,enn vi gjør hva som står på spill i den store striden vi deltar i. Vi trenger en dypere forståelse av verdien av sannhetene i Guds ord og faren ved å la våre sinn bli ledet på avveier av den store bedrageren. {HOL 344.1}

Den uendelig store verdien av det offeret som vår frelse kostet, viser hvor fryktelig ond synden er. Synden har brakt hele menneskets organisme i uorden, sinnet er fordreid og fantasien fordervet. Synd har svekket sjelsevnene. Hjertet er mottakelig for fristelser utenfra, og føttene går umerkelig inn på det ondes vei. {HOL 344.2}

På samme måte som det offer som ble gitt for oss, var fullstendig, må også vår renselse fra syndens ødeleggelse være fullstendig. Guds lov gir ikke unnskyldning for noen ond handling, ingen urett kan unngå å bli fordømt av den. Etikken i evangeliet godtar ingen annen standard enn det fullkomne i Guds karakter. Kristi liv var en fullkommen oppfyllelse av hvert eneste krav i loven. Han sa: «Jeg har holdt min Fars bud.» Hans liv er et eksempel for oss på lydighet og tjeneste. Ingen annen enn Gud kan gi oss et nytt hjerte. «Gud er den som virker i dere både å ville og virke til hans gode behag.» Men samtidig får vi denne oppfordringen: «Arbeid på deres frelse med frykt og beven.» Joh 15:10; Fil 2:13,12. {HOL 344.3}

Et arbeid som krever at vi tenker

Det som er galt, kan ikke rettes på, og heller ikke kan det skje noen stor forandring i ens liv ved hjelp av noen få svake forsøk nå og da. Karakterbygging er et verk som ikke bare foregår en dag eller et år, men gjennom hele livet. Kampen for seier over selvet, for hellighet og for en plass i himmelen, er en livsvarig kamp. Uten uopphørlig anstrengelse og stadig virksomhet er det ikke mulig å ha framgang i sitt forhold til Gud og oppnå seierens trone. {HOL 345.1}

Det sterkeste bevis på at mennesket er falt fra en høyere stilling, er at det koster så mye å vende tilbake. En kan komme tilbake bare ved hard kamp, tomme for tomme og time for time. På et øyeblikk kan en forhastet, uoverilt handling kaste oss i den ondes makt, men det tar mer enn et øyeblikk å bryte lenkene og nå fram til et helligere liv. En kan ta bestemmelser og begynne arbeidet, men det kreves slit, tid, utholdenhet, tålmodighet og oppofrelse for å fullføre det. {HOL 345.2}

Vi må ikke tillate oss selv å handle etter impulser. Vi må ikke unnlate å være på vakt et øyeblikk. Vi er omgitt av talløse fristelser, og derfor må vi enten gjøre hard motstand eller bli overvunnet. Dersom vi skulle komme til livets slutt uten å ha gjort dette arbeidet, ville det bety et evig tap. {HOL 345.3}

Apostelen Paulus kjempet en stadig kamp mot selvet. Han sa: «Jeg dør hver dag.» l Kor 15:31. Hans egne ønsker og hans egen vilje kjempet hver dag mot plikten og Guds vilje. Istedenfor å følge sine egne tilbøyeligheter, gjorde han Guds vilje, samme hvor hardt det stred mot hans egen natur. {HOL 345.4}

Da han på slutten av sitt stridende liv så tilbake på sine kamper og sine seirer, kunne han si: Jeg har stridd den gode strid, fullendt løpet, bevart troen. Så ligger nå rettferdighetens krans rede for meg, den som Herren, den rettferdige dommer, skal gi meg på den dag.» 2 Tim 4:7,8. {HOL 345.5}

Den kristnes liv er en kamp og et felttog. I denne krigen er det ingen våpenhvile, men bare uavbrutt og utholdende anstrengelse. Det er gjennom stadig kamp vi kan holde på seieren over Satans fristelser. En rettskaffen, kristen karakter kan en bare oppnå ved å vise en uimotståelig handlekraft, og den kan bevares bare gjennom en bestemt og urokkelig vilje. {HOL 345.6}

Ingen vil bli løftet mot himmelen uten selv å gjøre en bestemt og utholdende anstrengelse. Enhver må utkjempe denne striden på egen hånd - ingen andre kan utkjempe den for oss. Vi er hver for oss ansvarlig for det striden gjelder. Selv om Noah, Job og Daniel var blant oss, så kunne de redde verken sin sønn eller sin datter ved sin rettferdighet. « {HOL 346.1}

En vitenskap alle må lære

Det er en vitenskap innen den kristne tro som alle må lære en vitenskap som er så mye dypere, bredere og høyere enn noen menneskelig vitenskap som himmelen er høyere enn jorden. Sinnet må tuktes, utdannes og oppøves, for vi skal utføre en tjeneste for Gud på måter som ikke stemmer overens med våre medfødte tilbøyeligheter. Vi må seire over nedarvede og tilegnete tilbøyeligheter. Ofte må en forkaste en hel levetids utdannelse og opplæring for å kunne bli elev i Kristi skole. Våre hjerter må læres opp til å holde fast ved Gud. Vi må venne oss til å tenke på en måte som vil gjøre oss i stand til å motstå fristelse. Vi må lære oss til å se oppover. Prinsippene i Guds ord - prinsipper som er høye som himmelen og omfatter evigheten - må vi forstå i den grad de har med vårt dagligliv å gjøre. Enhver handling, ethvert ord, enhver tanke må samstemme med disse prinsippene. Alt må være i harmoni med Kristus og være underlagt ham. {HOL 346.2}

Den Hellige Ånds egenskaper lar seg ikke utvikle på et øyeblikk. Mot, fasthet, ydmykhet, tro og en urokkelig tillit til Guds kraft til å kunne frelse er noe en tilegner seg gjennom års erfaring. Guds barn skal besegle sin egen skjebne ved å leve et liv der de gjennom hellige anstrengelser klynger seg til det som er rett. {HOL 346.3}

Ingen tid å miste

Vi har ingen tid å miste. Vi vet ikke hvor snart vår prøvetid vil ta slutt. I beste fall har vi bare en kort levetid her, og vi vet ikke hvor snart dødspilen kan ramme våre hjerter. Vi vet ikke hvor snart vi kan bli kalt til å gi slipp på verden og alt det interessante som finnes her. Evigheten strekker seg ut foran oss. Forhenget blir snart trukket til side. Det vil ikke gå mer enn bare noen få korte år før denne kunngjøringen vil gå ut til alle levende: {HOL 346.4}

«La den som gjør urett, fortsatt gjøre urett Og la den rettferdige fortsatt gjøre rettferdighet, og la den hellige fortsatt bli helliggjort.» Åp 22:ll. {HOL 347.1}

Er vi beredt? Er vi blitt kjent med Gud, Himmelens Hersker, Lovgiveren, og med Jesus Kristus, som han sendte til denne verden som sin representant? Da Kristus, vårt eksempel, hadde endt sitt livsverk på denne jorden, sa han: «Jeg har herliggjort deg på jorden idet jeg har fullført den gjerning som du har gitt meg å gjøre. ... Jeg har åpenbart ditt navn.» Vil vi kunne si det samme? {HOL 347.2}

Guds engler prøver å vende vår oppmerksomhet bort fra oss selv og jordiske ting. La dem ikke arbeide forgjeves. De som har latt sine sinn fylle med tomme tanker, trenger å forandre på dette. «Bind derfor opp om dere, om deres sinn, vær edrue og sett deres håp fullt og fast til den nåde dere får i Jesu Kristi åpenbare Ise. Som lydige barn må dere ikke skikke dere etter de lyster som dere før hadde, i deres uvitenhet. Men vær, etter Den Hellige som kalte dere, også dere hellige i all deres ferd. For det er skrevet: Dere skal være hellige, for jeg er hellig.» l Pet 1:13-16. {HOL 347.3}

Tankene må være sentrert om Gud. Vi må gjøre alvorlige anstrengelser for å vinne seier over alle onde tilbøyeligheter i vårt naturlige hjerte..Våre anstrengelser, vår selvfornektelse og vår utholdenhet må stå i forhold til den evige verdien av det mål vi har foran oss. Bare ved å seire slik Kristus seiret kan vi vinne livets krone. {HOL 347.4}

Behov for selvfornektelse

Menneskenes store fare ligger i at de bedrar seg selv, lar seg styre av en selvtilfredshet og på den måten skiller seg fra Gud, kilden til vår styrke. Hvis våre naturlige tilbøyeligheter ikke blir ledet av Den Hellige Ånd, bærer de i seg spirer til moralsk død. Dersom vi ikke kommer i en levende forbindelse med Gud, klarer vi ikke å motstå de vanhellige følgene av selvopptatthet, egenkjærlighet og fristelse til synd. . {HOL 347.5}

For å kunne motta hjelp fra Kristus må vi innse vårt behov. Vi må ha sann kunnskap om oss selv. Kristus kan frelse deg bare om du innser at du er en synder. Bare når vi innser vår ytterste hjelpeløshet og legger til side all tro på at vi kan klare oss på egen hånd, kan vi gripe den guddommelige kraften. {HOL 348.1}

Det er ikke bare ved begynnelsen av kristenlivet vi trenger å vise en slik selvfornektelse. Dette må skje på ny ved hvert steg mot himmelen. Alle våre gode gjerninger er avhengige av en kraft utenom oss selv. Derfor trenger vårt hjerte til enhver tid å strekke seg ut mot Gud, og vi må alltid være rede til å bekjenne vår synd og bøye vår sjel i ydmykhet for ham. Vi er omgitt av farer, og vi er trygge bare i den grad vi føler vår egen svakhet og med troens grep klynger oss til vår mektige befrier. {HOL 348.2}

Kristus er kilden til all sann kunnskap

Vi må vende oss bort fra tusener av ting som prøver å oppta vår oppmerksomhet. Det finnes forhold som stjeler tid og vekker spørsmål, men som ender i ingenting. Det aller viktigste krever den omhyggeligste oppmerksomhet og energi, som vi så ofte kaster bort på ubetydelige saker. {HOL 348.3}

Det å godta nye teorier bringer ikke i seg selv nytt liv til sjelen. Selv om kunnskap om fakta og teorier kan være viktige i seg selv, så har de liten verdi hvis de ikke blir satt ut i praksis. Vi trenger å kjenne vårt ansvar for å gi våre sjeler føde som vil nære og stimulere det åndelige liv. {HOL 348.4}

«Dersom du ... vender ditt øre til visdommen og bøyer ditt hjerte til klokskapen, ... dersom du leter etter den som etter sølv og graver etter den som etter skjulte skatter, da skal du forstå Herrens frykt og finne kunnskap om Gud. ... Da skal du forstå rettferdighet og rett og rettvishet, ja enhver god vei. For visdom skal komme i ditt hjerte, og kunnskap skal glede din sjel. Omtanke skal holde vakt over deg, og forstand skal verne deg.» Visdom «er et livsens tre for dem som griper den, lykkelig blir hver den som holder fast på den.» Ord 2:1-11; 3:18. {HOL 348.5}

Spørsmålet vi bør stille oss selv, er dette: «Hva er sannhetden sannhet vi bør pleie, elske, akte og lyde?» De som tilber vitenskapen, har feilet og er blitt nedslått i sine anstrengelser for å granske Gud. Det de nå trenger å spørre om, et: «Hva er den sannheten som vil gjøre oss i stand til å finne frelse for våre sjeler?» {HOL 349.1}

«Hva mener dere om Kristus?» Dette er det aller viktigste spørsmålet. Tar du imot ham som din personlige frelser? Alle dem som tar imot ham, gir han rett til å bli Guds sønner og døtre. {HOL 349.2}

Kristus åpenbarte Gud for sine disipler slik at noe spesielt skjedde i deres hjerter, på samme måte som han ønsker å gjøre i våre. Fordi de fortaper seg for mye i teorier, er det mange som har mistet av syne den levende kraften i Frelserens eksempel. De ser ham ikke lenger som den ydmyke,og selvfornektende arbeideren han var. Det de trenger; er å se Jesus. Hver dag trenger vi en ny åpenbaring av hans nærvær. Vi trenger å være mer nøye med å følge hans eksempel på selvfornektelse og selvoppofrelse. {HOL 349.3}

Vi trenger den erfaringen Paulus hadde da han skrev: «Jeg er korsfestet med Kristus: Jeg lever ikke lenger selv, men Kristus lever i meg. Det liv jeg nå lever i legemet, det lever jeg i troen på Guds Sønn, han som elsket meg og gav seg selv for meg.» Gal 2:20. {HOL 349.4}

Når kunnskapen om Gud og om Jesus Kristus kommer til uttrykk gjennom karakteren, er det noe som er mer opphøyet enn alt annet som blir aktet på jorden og i himmelen. Det er den høyeste av all utdannelse, Det er nøkkelen som åpner portene til den himmelske stad. Det er Guds plan at alle som ikler seg Kristus, skal eie denne kunnskapen, {HOL 349.5}

Kapitel 39 - Kunnskap gjennom Guds ord

Hele Bibelen er en åpenbaring av Guds herlighet i Kristus. Når en tar imot Guds ord og tror det og lyder det, blir det et kraftig middel som forvandle karakteren. Det er det store stimulus, den tvingende kraften, som fornyer de fysiske, mentale og åndelige kreftene, og som leder livet inn på rett vei. {HOL 350.1}

Grunnen til at de unge og til og med de i moden alder så lett lar seg lede inn i fristelse og synd, er at de ikke gransker Guds, ord og ikke grunner på det som de skulle. Den mangelen på en fast og bestemt viljekraft som kommer til uttrykk i liv og karakter, kommer av at de ikke tar imot den hellige undervisningen som finnes i Guds ord. De gjør ingen alvorlige anstrengelser for å lede tankene til det som ville stimulere rene, hellige tanker og vende sinnet bort fra det som er urent og falskt. Det er få som velger det aller beste, som sitter ved Jesu føtter, som Maria gjorde, for å lære av den guddommelige læreren. Det er få som gjemmer hans ord i hjertet og praktiserer dem i livet. {HOL 350.2}

Når en tar imot de bibelske sannhetene, vil sinn og sjel bli løftet opp. Dersom Guds ord ble verdsatt som det skulle, ville både unge og gamle eie en indre rettskaffenhet, en prinsippfasthet, om ville gjøre dem i stand til å motstå fristelse. {HOL 350.3}

Vi burde undervise og skrive om hvor verdifulle de hellige skriftene er. Vi burde bruke vår tenkeevne, alle våre anlegg og alle sinnets krefter for å studere Guds tanker. Studer ikke menneskers filosofiske antakelser, men studer filosofien til ham som er sannhet. Ingen annen litteratur har så stor verdi som denne. {HOL 351.1}

Det sinn som er vendt mot det jordiske, finner ingen glede i å fordype seg i Guds ord. Men de som har fått sitt sinn fornyet ved Den Hellige Ånd, vil se at det skinner en guddommelig skjønnhet og et himmelsk lys fram fra de hellige sider. Det som var en øde ørken for det sinn som er opptatt av det jordiske, vil for det åndelige sinn være som et land med levende strømmer. {HOL 351.2}

Kunnskapen om Gud, slik den er åpenbart i hans ord, er den kunnskapen vi må gi barna våre. Helt fra de begynner å forstå noe, bør de bli kjent med Jesu navn og hans liv. Det første de bør lære, er at Gud er deres far. Det første de bør øve seg i, er å være lydig av kjærlighet. Vi bør lese Guds ord for dem på en ærbødig og mild måte og gjenta det for dem i forhold til deres evne til å forstå og i passe porsjoner for å vekke deres interesse. Og framfor noe annet må de få lov å lære om den kjærligheten som er åpenbart i Kristus, og den store lærdommen: {HOL 351.3}

«Har Gud elsket oss slik, da skylder også vi å elske hverandre.» 1 Joh 4:11. {HOL 351.4}

De unge bør gjøre Guds ord til føde for sinn og sjel. Gjør Kristi kors til hovedsaken i all utdannelse, det sentrale i all undervisning og ethvert studium. La det få plass i det som skjer gjennom hverdagen. Da vil Frelseren bli en daglig venn og ledsager for de unge. Enhver tanke vil bli tatt til fange under lydigheten mot Kristus. Sammen med Paulus vil de kunne si: {HOL 351.5}

«Det skal være langt fra meg å rose meg, uten av vår Herre Jesu Kristi kors! For ved det er verden blitt korsfestet for meg og for verden.» Gal 6: 14. {HOL 351.6}

På den måten vil de ved tro lære å kjenne Gud gjennom en erfaringsmessig kunnskap. De har bevist overfor seg selv at hans ord er holdbart og hans løfter sanne. De har smakt og kjent at Herren er Gud. {HOL 351.7}

Den elskede Johannes hadde en kunnskap som han hadde fått gjennom sin egen erfaring. Hans vitnesbyrd var slik: {HOL 352.1}

«Det som var fra begynnelsen, det som vi har hørt, det som vi har sett med våre øyne, det som vi betraktet og våre hender rørte ved, om livets Ord - og livet ble åpenbart, og vi har sett det og vitner og forkynner dere livet, det evige, som var hos Faderen og ble åpenbart for oss - det som vi har sett og hørt, det forkynner vi for dere, for at også dere kan ha samfunn med oss. Og vårt samfunn er med Faderen og med hans Sønn, Jesus Kristus.» l Joh 1:1-3. {HOL 352.2}

Slik vil alle gjennom sin egen erfaring være i stand til å stadfeste «at Gud er sanndru.» Joh 3:33. Enhver vil kunne vitne om det han selv har sett og hørt og følt av Kristi kraft. Han vil kunne gi dette vitnesbyrdet: {HOL 352.3}

«Jeg trengte hjelp, og jeg fant den hos Jesus. Han tok vare på alle mine behov, og sjelens hunger ble stilt. Bibelen er for meg en åpenbaring av Kristus. Jeg tror på Jesus fordi han er en guddommelig frelser for meg. Jeg tror på Bibelen fordi jeg har oppdaget at den er Guds stemme i min sjel. {HOL 352.4}

Den som ved personlig erfaring har funnet kunnskap om Gud og hans ord, er rede til. å ta fatt på studiet av naturvitenskapene. Det er skrevet om Kristus: I ham var liv, og livet var menneskenes lys.» Joh 1:4. Før synden kom inn i verden, var Adam og Eva i Eden omgitt av et klart og vakkert lys, Guds lys. Dette lyset opplyste. alt de kom i nærheten av. Det var ikke noe som kunne fordunkle det de så av Guds karakter eller gjerninger. Men da de gav etter for fristeren, forlot dette lyset dem. Da de mistet hellighetens kledning, mistet de også det lyset som hadde opplyst naturen. De kunne ikke lenger se den slik den var. De kunne ikke skjelne Guds karakter i hans skaperverk. På samme måte kan ikke menneskene i dag tolke riktig den undervisning som finnes. i naturen. Hvis vi ikke blir ledet av guddommelig visdom, vil vi opphøye naturen og naturens lover over Gud. Derfor hender det at menneskelige forestillinger om vitenskap så ofte motsier den

undervisning som finnes i Guds ord. Men de som mottar livets lys i Kristus, vil på ny finne naturen opplyst. I dette lyset som skinner fra korset, vil vi kunne tolke naturen på riktig måte. {HOL 352.5}

Den som kjenner Gud og hans ord gjennom personlig erfaring, har en fast tro på det guddommelige i Den hellige skrift. Han har bevist at Guds ord er sannhet, og han vet at sannhet aldri kan motsi seg selv. Han tester ikke Bibelen opp mot menneskers vitenskapelige forestillinger, men isteden tester han disse forestillingene opp mot den ufeilbarlige standard. Han vet at i sann vitenskap kan det ikke finnes noe som står i motsetning til læren i Guds ord. Fordi begge har samme opphavsmann, vil en riktig forståelse av begge vise at de harmonerer med hverandre. Hva det enn måtte være i såkalt vitenskapelig forskning som motsier Guds ord, så er det bare menneskelige gjetninger. {HOL 353.1}

Den som studerer på denne måten, vil i den vitenskapelige forskning finne åpne vidder for tenkning og informasjon. Når han grunner på det som finnes i naturen, vil han få et nytt syn på sannheten. Naturens bok og det skrevne ord kaster lys på hverandre. Begge gjør oss bedre kjent med Gud ved at vi lærer om hans karakter og de lovene han virker gjennom. {HOL 353.2}

Den erfaringen salmisten hadde, er en erfaring vi alle kan få hvis vi tar imot Guds ord gjennom naturen og gjennom åpenbaringen. Han sier: «Du har gledet meg, Herre. med ditt verk, jeg jubler over det dine hender har gjort.» Sal 92:5. {HOL 353.3}

«Herre, til himmeten når din misknnnhet, din trofasthet til skyene. Din rettferdighet er som mektige fjell, dine dommer er som store dyp Hvor dyrebar er din miskunnhet, Gud! Menneskenes barn søker ly i dine vingers skygge. ... Av dine gteders strøm gir du dem å drikke. For hos deg er Livets kilde. I ditt lys ser vi lys.» Sal 36:6-10. {HOL 353.4}

«Salige er de som går på de oppriktiges vei, som vandrer i Herrens lov. Salige er de som tar vare på hans vitnesbyrd, som søker ham av hele sitt hjerte.» {HOL 353.5}

«Hvordan skal den unge holde sin sti ren? Ved å holde seg etter ditt ord.» {HOL 353.6}

«Trofasthetens vei har jeg valgt, dine lover har jeg for øye.» {HOL 353.7}

«I mitt hjerte har jeg gjemt ditt ord for at jeg ikke skal synde mot deg.» {HOL 353.8}

«La meg vandre i fritt rom! For jeg spør etter dine befalinger.» {HOL 353.9}

«Opplat mine øyne, så jeg kan skue de underfulle ting i din lov!» {HOL 353.10}

«Dine vitnesbyrd er også min lyst, de er mine rådgivere.» «Din munns lover bedre for meg enn tusen stykker gull og sølv.» . {HOL 353.11}

«Å, hvor høyt jeg elsker din lov! Hele dagen grunner jeg på den.» «Underfulle er dine vitnesbyrd. Derfor tar min sjel vare på dem.» «Dine forskrifter er blitt mine lovsanger i min utlendighets hus.» {HOL 354.1}

«Ditt ord er lutret og renset, og din tjener elsker det.» «Summen av ditt ord er sannhet, og til evig tid står all din rettferds lov fast.» {HOL 354.2}

«La min sjel leve og lovprise deg, og la dine dommer hjelpe meg!» {HOL 354.3}

«Stor fred har de som elsker din lov, og det er ikke noe anstøt for dem. {HOL 354.4}

«Jeg har ventet på din frelse, Herre, og jeg har holdt dine bud. Min sjel har holdt dine vitneshyrd, og jeg elsket dem høyt.» {HOL 354.5}

«Når dine ord åpner seg, gir de lys, de gir enfoldige forstand.» {HOL 354.6}

«Dine bud gjør meg visere enn mine fiender, for de er mine til evig tid. Jeg er blitt klokere enn alle mine lærere, for jeg grunner pa dine vitnesbyrd. Jeg er mer forstandig enn de gamle, for jeg tar vare på dine befalinger.» {HOL 354.7}

«Av dine befalinger får jeg forstand, derfor hater jeg all løgnens sti.» {HOL 354.8}

«Jeg har fått dine vitneshyrd i evig eie, for de er mitt hjertes glede.» Sal 119:1,2,9,30,11,45,18,24,72,97,129,54,140,160,175, 165-167,130,98-100,104, 111. {HOL 354.9}

En klarere åpenbaring av Gud

Det er vårt privilegium å nå stadig høyere for å få enda klarere åpenbaringer av Guds karakter. Da Moses bad: «La meg få se din herlighet!» irettesatte ikke Herren ham for det, men han oppfylte hans bønn. Gud sa til sin tjener: «Jeg vil la all min godhet gå forbi ditt åsyn, og jeg vil rope ut Herrens navn for ditt åsyn.» 2M 33:18,19. {HOL 355.1}

Det er synden som formørker våre sinn og gjør vår oppfattelsesevne uklar. Når synden blir renset ut av hjertene våre, vil lyset fra kunnskapen om Guds herlighet i Jesu Kristi ansikt, som opplyser hans ord og reflekterer fra naturens ansikt, mer og mer fullkomment fortelle at «Herren er en barmhjertig og nådig Gud, langmodig og rik på miskunn og sannhet.» 2M 34:6. {HOL 355.2}

I hans lys vil vi se lys, helt til sinn og hjerte og sjel blir forvandlet til hans hellighets bilde. {HOL 355.3}

Det finnes vidunderlige muligheter for dem som på denne måten griper fatt i løftene i Guds ord. Foran dem ligger enorme vidder av sannhet, enorme kraftressurser. Herlige ting vil bli åpenbart. De vil få øye på rettigheter og plikter som de ikke engang ante fantes

i Bibelen. Alle som vandrer i ydmyk lydighet og følger hans plan, vil bedre og bedre lære Guds visdomsord å kjenne. {HOL 355.4}

Studenter bør bruke Bibelen som sin rettleder og være prinsippfaste, for da vil de nå opp til de største høyder. All filosofi som stammer fra mennesker, har ført til forvirring og skam når Gud ikke er blitt anerkjent som den som er alt i alle. Men den dyrebare tro som er en gave fra Gud, gjør karakteren sterk og ren. Når vi tar tid til å studere hans godhet, hans nåde og hans kjærlighet, vil vi se sannheten stadig klarere, og lengselen etter et rent hjerte og rene tanker blir høyere og helligere. Den som holder seg nær den rene atmosfæren som hellige tanker gir, blir forvandlet ved å være sammen med Gud gjennom studiet av hans ord. Sannheten er så stor, så omfattende, så dyp og så vid at en mister seg selv av syne. Hjertet blir mildt og fylt med ydmykhet, vennlighet og kjærlighet. {HOL 355.5}

Og våre naturlige evner blir styrket gjennom hellig lydighet. Ved å granske livets ord vil studenter kunne utvide, opphøye og foredle sine mentale evner. Hvis de som Daniel er Guds ords hørere og gjørere, vil de som ham kunne ha framgang innen alle kunnskapsgrener. Fordi de har rene sinn, vil de også få sterke sinn. Enhver intellektuell evne vil bli styrket. Da kan de utdanne og oppøve seg selv slik at alle de kommer i kontakt med, vil se hva mennesker kan være og gjøre når de står i forbindelse med visdommens og kraftens Gud. {HOL 356.1}

Utdannelse gjennom evigheten

Det vi gjør her, er en forberedelse til det evige liv. Den ut dannelsen vi begynner på her, vil ikke ta slutt i dette livet. Den vil fortsette gjennom all evighet - alltid vil det være noe nytt å lære, aldri vil vi bli ferdig. Stadig mer fullkomment vil Guds visdom og kjærlighet, slik den kommer til uttrykk gjennom frelsesplanen, bli åpenbart for oss. Frelseren vil lede sine barn til de levende vannkilder og gi dem rikelig av kunnskap. Dag etter dag vil Guds vidunderlige gjerninger, bevisene på hans makt til å skape og opprettholde universet, åpne seg for tankene i ny skjønnhet. I lyset som skinner fra tronen, vil hemmeligheter forsvinne, og mennesker vil bli fylt av forbauselse over hvor enkelt det er det som en før ikke klarte å forstå. {HOL 356.2}

Nå ser vi som i et speil, i en gåte, roen da ska1 vi se ansikt til ansikt. Nå kjenner vi stykkevis, men da skal vi kjenne fullt ut, likesom vi selv er fullt ut kjent. {HOL 356.3}

ARBEIDERENS BEHOV

Kapitel 40 - Hjelp i hverdagen

«Stig opp til meg på fjellet.» {HOL 357.1}

Det stille og stødige livet en ren og sann kristen fører, er et bedre vitnesbyrd enn de mest veltalende ord. Hva et menneske er, har større betydning enn hva det sier. {HOL 357.2}

De mennene som ble sendt til Jesus, kom tilbake og rapporterte at aldri hadde noe menneske talt som han talte. Men grunnen til det var at aldri hadde noe menneske levd som han levde. Hadde hans liv vært annerledes enn det var, kunne han ikke ha talt som han gjorde. Hans ord ble båret fram med en overbevisende kraft fordi de kom fra et rent og hellig hjerte, fullt av kjærlighet og medfølelse, godhet og sannhet. {HOL 357.3}

Det er vår egen karakter og erfaring som vil bestemme hvilken innflytelse vi vil ha overfor andre. For å kunne overbevise andre om kraften i Kristi nåde, må vi kjenne denne kraften i vårt eget hjerte og liv. Det evangelium vi forkynner til frelse for sjeler, må være det samme evangelium som har frelst vår egen sjel. Bare om vi har en levende tro på Kristus som vår personlige frelser, er det mulig kunne øve innflytelse på en vantro verden. Dersom vi ønsker å redde syndere opp fra den sterke strømmen, må våre føtter stå fast på Klippen, Jesus Kristus. {HOL 357.4}

Kristendommens emblem er ikke et utvortes merke, verken et kors eller en krone, men det som røper at et menneske står i forbindelse med Gud. Ved hans nådes kraft, som kommer til uttrykk gjennom en forvandlet karakter, vil verden bli overbevist om at Gud sendte sin Sønn som menneskenes frelser. Mennesket kan ikke omgi seg med noen annen innflytelse med en slik kraft i seg som den innflytelsen som stråler ut fra et uegennyttig liv. Det sterkeste argument til forsvar for evangeliet er en kjærlig og elskverdig kristen. {HOL 357.5}

Prøvelsens skole

Å leve et slikt liv og å øve en slik innflytelse koster for hvert eneste steg anstrengelser, selvoppofrelse og disiplin. Mange mister så lett motet i sitt kristenliv fordi de ikke forstår dette. Mange som oppriktig vier sitt liv til tjeneste for Gud, blir overrasket og skuffet over å oppdage at de mer enn noen gang før møter hindringer og blir rammet av prøvelser og vanskeligheter. De ber om å få del i Kristi karakter, om å bli skikket til å arbeide for Herren, og så møter de omstendigheter som synes å lokke fram alt det onde i deres natur. De oppdager feil som de ikke engang mistenkte seg selv for å ha. De spør som Israel i gammel tid: «Hvis Gud leder oss, hvorfor kommer da alle disse tingene over oss. {HOL 358.1}

Det er fordi Gud leder dem at alt dette kommer over dem. Prøvelser og hindringer er de metodene Gud har valgt for å opplære mennesket, og han har satt dem som betingelser for at man skal lykkes i sin tjeneste. Han som leser menneskenes hjerter, kjenner deres karaktertrekk bedre enn dem selv. Han set at noen har evner og muligheter som, om de ble riktig styrt, kunne bli brukt til å fremme hans arbeid. I sin visdom setter han disse personene i forskjellige situasjoner og ulike omstendigheter, slik at de kan oppdage i sin karakter de mangler som

har vært skjult for dem selv. Han gir dem anledning til å rette på disse manglene og å gjøre seg skikket til tjeneste for ham. Ofte tillater han prøveIsens ild å ramme dem, slik at de kan bli renset. {HOL 358.2}

Det faktum at vi blir kalt til å møte prøvelser, viser at Herren Jesus ser i oss noe verdifullt som han ønsker å utvikle. Dersom han ikke så i oss noe som kunne bli brukt til å herliggjøre hans navn, ville han ikke ha brukt tid på å rense oss. Han kaster ikke verdiløse steiner inn i smelteovnen. Det er den verdifulle malmen han renser. Smeden legger jern og stål inn i ilden for å teste hvor godt metall det er. Herren tillater at hans utvalgte får smake prøvelsens ild for å teste hvilket sinn de eier, og om de kan bli omdannet til å arbeide for ham. {HOL 359.1}

Pottemakeren tar leiren og former den slik han ønsker. Han knar den og arbeider med den. Han river den fra hverandre og presser den sammen igjen. Han væter den og tørker den. Han lar den ligge en stund uten å røre den. Når den er blitt så smidig som mulig, fortsetter han arbeidet med å lage et kar av den. Han gir det form, og på dreiehjulet pusser og polerer han det. Han tørker det i solen og baker det i ovnen. Slik blir det et brukbart kar. På samme måte ønsker den store pottemakeren å forme og danne oss. Og på samme måten som leiren er i pottemakerens hender, skal vi være i Guds hender. Vi skal ikke forsøke selv å gjøre pottemakerens arbeid. Vår oppgave er å tillate Mesteren å forme oss. {HOL 359.2}

«Mine kjære! Undre dere ikke over den ild som kommer over dere til prøvelse, som om det var noe merkelig som hendte dere. Men i samme grad som dere har del i Kristi lidelser, skal dere glede dere for at dere også kan juble i glede når hans herlighet blir åpenbart.» I Pet4:12,13. {HOL 359.3}

I fullt dagslys og når lyden av andre stemmer høres, vil ikke fuglen i buret lære den sangen som dens eier prøver å lære den. Den lærer seg en tone der og en strofe der, men noen sammenhengende melodi blir det aldri. Så dekker eieren buret til og setter det på et sted der fuglen må lytte til den ene sangen den skal lære å synge. I mørket prøver den å synge denne sangen om og om igjen til den har lært den, og så bryter den ut i en fullkommen melodi. Så blir fuglen tatt fram, og siden kan den alltid synge denne sangen i

lyset. Slik behandler Gud sine barn. Han har en sang han vil lære oss, og når vi har lært den i prøvelsens skygger, vil vi kunne synge den alltid siden. {HOL 360.1}

Mange er misfornøyde med sin livsgjerning. Det kan være at miljøet omkring dem er lite tiltalende. Deres tid er opptatt med alminnelig arbeid, mens de mener at de er skikket til å bære større ansvar. Ofte føler de at deres anstrengelser ikke blir verdsatt, eller at de er uten frukt. De synes at deres framtid er usikker. {HOL 360.2}

La oss huske at selv om vi kanskje ikke selv har valgt det arbeidet vi utfører, så skal vi akseptere det som noe Gud har valgt for oss. Enten vi liker det eller ikke, skal vi utføre den plikten som ligger oss nærmest. «Alt det din hånd er i stand til å gjøre, gjør det med all din kraft! For det finnes verken gjerning eller planer eller kunnskap eller visdom i dødsriket, dit du går.» Pred 9: 10. {HOL 360.3}

Dersom Herren ønsker at vi skal bringe et budskap til Ninive, så vil han ikke sette så stor pris på om vi drar til Joppe eller Kapernaum. Han har sine grunner til å sende oss til de stedene hvor han har ledet våre føtter. Akkurat på det stedet kan det finnes noen som trenger den hjelpen vi kan gi. Han som sendte Filip til den etiopiske hoffmannen, Peter til den romerske høvedsmannen, og den vesle jødiske jenten for å hjelpe {HOL 360.4}

Na'aman, den syriske hærføreren, han sender i dag menn og kvinner og ungdom som sine representanter til dem som trenger guddommelig hjelp og veiledning. {HOL 360.5}

Guds planer er alltid de beste

Våre planer er ikke alltid Guds planer. Han ser kan hende at det er best for oss og for hans sak at han nekter oss det vi har de beste motiver for å gjøre, som tilfellet var med David. Men vi kan være sikker på en ting: Han vil velsigne og bruke til fremme for sitt verk slike som i oppriktighet overgir seg selv og alt de har til hans ære. Dersom han ser at det er det beste ikke å oppfylle deres ønske, vil han oppveie dette ved å gi dem bevis på sin kjærlighet og betro dem en annen oppgave. {HOL 361.1}

I sin kjærlige omsorg og interesse for oss hender det at han som forstår oss bedre enn vi selv gjør, nekter å la oss få lov til å tilfredsstille våre egne egoistiske ambisjoner. Han tillater oss ikke å gå forbi de små, men hellige plikter som ligger oss nærmest. Ofte gir nettopp disse pliktene den øvelsen som er nødvendig for en større oppgave. Ofte går det ikke slik vi planlegger for at Guds planer for oss skal lykkes. {HOL 361.2}

Vi blir aldri bedt om å gi et virkelig offer for Guds skyld. Det er mange ting han ber oss om å gi avkall på for hans skyld, men når vi gjør det, gir vi bare fra oss slikt som kan hindre oss på veien til himmelen. Selv når han ber oss om å gi slipp på noe som i seg selv er godt, kan vi være sikker på at Gud er i ferd med å gjøre klart noe bedre for oss. {HOL 361.3}

I det kommende liv vil vi skjønne det uforklarlige som her har plaget og skuffet oss. Vi kommer til å se at det som tilsynelatende var ubesvarte bønner og drømmer vi aldri fikk oppfylt, har vært blant våre største velsignelser. {HOL 361.4}

Vi må lære oss å se på enhver plikt som hellig, hvor liten den enn virker, fordi den er en del av tjenesten for Gud. Vi burde be hver dag: «Herre, hjelp meg til å gjøre mitt beste. Lær meg hvordan jeg kan utføre mitt arbeid bedre. Gi meg kraft og frimodighet. Hjelp meg til å la mitt arbeid være preget av den kjærlige tjenesten Frelserens utførte.» {HOL 361.5}

En lærdom fra Mose liv

Tenk på den erfaring Moses hadde. Den utdannelsen han fikk i Egypt som kongens barnebarn og tronarving, var svært grundig. Ingenting ble forsømt av det som kunne gjøre ham til en vis mann, slik egypterne så på visdom. Han fikk den høyeste sivile og militære utdannelse. Han følte at han var fullt ut skikket til å befri Israel fra slavekåret. Men Gud så annerledes på det. I sin visdom forviste han Moses til førti års utdannelse i ødemarken som sauehyrde. {HOL 362.1}

Den utdannelsen Moses hadde fått i Egypt, var til hjelp for ham på mange måter, men den mest verdifulle forberedelsen til sin livsgjerning var den han fikk mens han arbeidet som hyrde. Moses var født med et heftig temperament. Som en dyktig militærleder i Egypt og som kongens og hele nasjonens yndling var han blitt vant til å ta imot ros og smiger. Han hadde knyttet folket til seg. Han håpet på å kunne bruke sine egne krefter for å befri Israel. De lærdommene han trengte for å være Guds representant, var ganske annerledes. Der han gikk sammen med saueflokken gjennom de ville fjellene og ut på de grønne slettene i dalene, måtte han lære seg tro, saktmodighet, tålmodighet, ydmykhet og det å glemme seg selv. Han lærte å ta vare på de svake, pleie de syke, lete etter dem som hadde gått seg vill, vise overbærenhet overfor de ustyrlige, gjete sauene og finne mat til de gamle og svake. {HOL 362.2}

I dette arbeidet ble Moses dratt nærmere Den Store Hyrde. Han kom i et nært forhold til Israels Hellige. Han hadde ikke lenger noen planer om å utføre noe stort. Han prøvde å være trofast i det arbeidet Gud hadde gitt ham. Han så Guds nærvær der han vandret. Hele naturen talte om Den Usynlige. Han kjente Gud som en personlig Gud, og ved å meditere over hans karakter forstod han stadig mer av hans nærvær. Han fant tilflukt i de evige armer. {HOL 362.3}

Etter denne erfaringen fikk Moses kall fra himmelen om å bytte hyrdestaven med lederstaven, å forlate saueflokken for å overta ledelsen av Israel. Da han fikk denne guddommelige befalingen, hadde han liten tro på seg selv, han hadde vanskelig for å snakke og var sjenert. Han var overveldet av tanken på at han som var så udugelig, skulle

være Guds talerør. Men han tok på seg arbeidet og satte hele sin lit til Herren. Oppgaven var så stor at den satte alle hans beste mentale krefter i virksomhet. Gud velsignet hans villige lydighet, og han ble veltalende, håpefull, selvbehersket og i det hele tatt skikket til den største oppgaven som noen gang er gitt et menneske. Det står skrevet om ham: «Det stod ikke mer fram noen profet i Israel som Moses - han som Herren kjente åsyn til åsyn.» 5M 34: 10. {HOL 363.1}

De som føler at deres arbeid ikke blir verdsatt, og som streber etter en stilling med større ansvar, bør tenke over at «ikke fra øst og ikke fra vest, og heller ikke fra berglandets ørken kommer vår oppreisning. Nei, Gud er den som dømmer. Den ene fornedrer han, og den andre opphøyer han.» Sal 75:7.8. Hvert eneste menneske har sin oppgave i himmelens evige plan. Om vi fyller denne oppgaven, er avhengig av om vi trofast samarbeider med Gud. {HOL 363.2}

Vi må passe oss for å synes synd på oss selv. Gi aldri etter for følelsen av at du ikke blir verdsatt som du burde, at dine anstrengelser ikke blir satt pris på, eller at ditt arbeid er altfor vanskelig. Husk hva Kristus måtte tåle for vår skyld, og la det bringe våre murrende tanker til taushet. Vi blir behandlet bedre enn vår Herre ble. «ønsker du store ting? Gjør ikke det!» Jer 45:5. Herren har ikke plass i sitt arbeid for slike som har mer lyst til å vinne kronen enn bære korset. Han ønsker mennesker som er ivrigere etter å gjøre sin plikt enn å motta belønning mennesker som bryr seg mer om prinsipper enn forfremmelse. {HOL 363.3}

De som ydmyke og gjør sitt arbeid som om det var for Gud vil kanskje ikke gjøre så stort nummer av seg selv som de som er geskjeftige og betydningsfulle i egne øyne, men det de gjør betyr ofte mye mer. Ofte er det slik at de som er mest høyrøstet, forsøker å vende oppmerksomheten mot seg selv. De stiller seg mellom Gud og mennesker, og det de gjør vil vise seg å mislykkes. «Viktigst er visdommen. Kjøp visdom! Ja, kjøp forstand for alt ditt gods! Sett visdommen høyt, så skal den opphøye deg. Den skal bringe deg ære når du favner den.» Ord 4:7,8. {HOL 364.1}

Mange blir ensporete i det de gjør fordi de ikke har fasthet nok til å ta seg selv i nakken og forandre seg. Men det trenger ikke være slik. De kan utvikle sine evner til å gjøre den aller beste tjeneste, og da vil de alltid være etterspurt. De vil bli verdsatt for alt hva de er verd. {HOL 364.2}

Dersom noen er skikket til en høyere stilling, vil Herren legge denne byrden ikke bare på dem, men også på dem som har prøvd dem, som kjenner dem, og som på en forstandig måte kan oppmuntre dem til å fortsette. Det er de som trofast utfører sin gjerning dag for dag, som når tiden er inne til det, skal få høre kallet fra Gud: «Kom høyere opp... {HOL 364.3}

Mens hyrdene voktet saueflokkene sine på markene ved Betlehem, fikk de besøk av engler fra himmelen. Slik er det også i dag. Mens den som ydmykt arbeider for Gud, gjør sin plikt, står Guds engler ved hans side og lytter til hans ord, merker seg hvordan arbeidet blir utført og ser om et større ansvar kan legges i hans hender. {HOL 364.4}

Gud vurderer ikke mennesker etter deres rikdom, utdannelse eller stilling. Han vurderer dem etter deres rene motiver og skjønne karakter. Han ser etter hvor mye de har av Guds Ånd, og hvor mye de åpenbarer av hans bilde. Å bli stor i Guds rike betyr å bli som et lite barn når det gjelder ydmykhet, enkel tro og ren kjærlighet. {HOL 364.5}

«Dere vet,» sa Jesus, «at fyrstene hersker over sine folk, og deres stormenn har makt over dem. Slik skal det ikke være blant dere. Men den som vil være stor blant dere, han skal være de andres tjener.» Mat 20:25,26.. {HOL 364.6}

Av alle de gaver himmelen har skjenket menneskene, er det å lide sammen med Kristus den som fører med seg størst tillit og høyest ære. Verken Enok, som ble forvandlet og tatt med til himmelen, eller Elias, som drog til himmelen i en ildvogn, var større og mer æret enn døperen Johannes, som døde alene i et fengsel. «Dere har fått den nåde, ikke bare å tro på Kristus, men også å lide for ham.» Fil 1:29. {HOL 365.1}

Framtidsplaner

Det er mange som ikke klarer å legge faste planer for framtiden. Deres liv er utrygt. De klarer ikke å se hva som vil bli resultatet av det de gjør, og dette fyller dem ofte med angst og uro. La oss huske at det liv Guds barn lever i denne verden, er et pilegrimsliv. Vi har ikke nok visdom til å bestemme vår egen framtid, og det er ikke vår oppgave å forme den. «Ved tro var Abraham lydig da han ble kalt, så han drog ut til det sted han skulle få til arv. Og han drog av sted uten å vite hvor han skulle komme.» Heb 1:8. {HOL 365.2}

Da Kristus levde på denne jorden, la han ingen planer for sitt eget liv. Han godtok de planene Gud hadde lagt for ham, og dag for dag viste Faderen sine planer for ham. På samme måte burde vi stole på Gud, slik at våre liv rett og slett ble resultatet av hans vilje. Når vi overgir vår framtid til ham, vil han lede våre føtter. {HOL 365.3}

Altfor mange som legger planer for en strålende framtid, lider store nederlag. La Gud legge planene for deg. Stol som et lite barn på at han som «verner sine frommes føtter», vil lede deg. Gud leder aldri sine barn annerledes enn hva de selv ville valgt, om de hadde kunnet se enden fra begynnelsen og forstått den herlige hensikten de er med å oppfylle som hans medarbeidere. {HOL 365.4}

Lønn

Da Kristus kalte sine disipler til å følge ham, gav han dem ingen strålende utsikter i dette livet. Han gav dem ikke noe løfte om vinning eller jordisk ære, og heller ikke gav

han dem noen kontrakt på hva de skulle få. Til Matteus, som satt i tollboden, sa Frelseren: «Følg meg! Og han forlot alt og stod opp og fulgte ham.» Matteus ventet ikke med å svare på kallet til han hadde avtalt at han skulle få like stor betaling som han allerede hadde i sitt arbeid. Uten innvendinger og uten å nøle fulgte han Jesus. Det var nok for ham å få være sammen med Frelseren, høre hans ord og arbeide sammen med ham. {HOL 366.1}

Slik var det også med de disiplene som allerede var kalt. Da Jesus bød Peter og kameratene hans om å følge ham, forlot de straks båter og garn. Noen av disse disiplene hadde venner som var avhengige av dem for sitt underhold, men da de fikk, Frelserens innbydelse, nølte de ikke og spurte: «Hvordan skal jeg kunne leve og underholde min familie?» De var lydige mot kallet, og da Jesus senere spurte dem: «Da jeg sendte dere ut uten pung eller skreppe eller sko, manglet dere vel da noe?» kunne de svare: «Ingenting.» Luk 22:35. {HOL 366.2}

I dag kaller Frelseren oss til sitt arbeid, som han den gangen kalte Matteus, Johannes og Peter. Dersom våre hjerter har fått smake av hans kjærlighet, blir spørsmålet om lønn ikke det viktigste for oss. Vi vil glede oss over å være Kristi medarbeidere, og vi vil ikke være redde for å stole på hans omsorg. Dersom vi gjør Gud til vår styrke, vil vi klart forstå hva våre plikter er, og vi vil ha uselviske motiver. Vårt liv vil være styrt av edle formål som vil heve oss over snuskete motiver. {HOL 366.3}

Gud vil sørge for oss

Mange som bekjenner seg til å være Kristi etterfølgere, er engstelige og urolige fordi de ikke tør overlate seg til Gud. De overgir seg ikke helt til ham fordi de viker tilbake for de følgene en slik overgivelse vil medføre. De vil aldri finne fred om de ikke overgir seg til ham. {HOL 367.1}

Det er mange som lider av bekymring fordi de prøver å etterligne verdens standard. De har valgt å tjene den, godtatt dens forvirring og skikket seg etter den. Slik ødelegger de sin karakter, og deres eget liv blir en byrde. Den stadige bekymringen bruker opp livskraften. Vår Herre ønsker at de skal kaste av seg dette trelldomsåket. Han ber dem om å ta på seg hans åk. Han sier: «For mitt åk er gagnlig, og min byrde er lett.» Bekymring er blind og kan ikke se inn i framtiden, men Jesus ser slutten fra begynnelsen. I enhver vanskelighet er han i stand til å gi lindring. «Han nekter ikke dem noe godt som vandrer i uskyld.» Mat 11:30; Sal 84: 11. {HOL 367.2}

Vår himmelske Far sørger for oss på tusen måter som vi ikke aner noe om. De som retter seg etter det prinsippet å sette tjeneste for Gud fremst, vil oppdage at vanskeligheter forsvinner og at veien åpner seg for deres føtter. {HOL 367.3}

Den beste måte å forberede seg til morgendagens prøvelser på, er å utføre trofast dagens plikter. Vi må ikke samle sammen alle morgendagens muligheter og bekymringer og legge dem til dagens byrde. «Hver dag har nok med sin egen plage.» Mat 6:34. {HOL 368.1}

La oss være håpefulle og modige. Motløshet i tjeneste for Gud er syndig og uten grunn. Han kjenner alle våre behov. Kongenes Konge, vår trofaste Gud, forener med sin allmakt den ømme hyrdes mildhet og omsorg. Hans makt er absolutt og er et pant på at han helt sikkert vil oppfylle sine løfter til alle dem som setter sin lit til ham. Han er i stand til å fjerne alle. vanskeligheter, slik at de som tjener ham og godtar de midlene han bruker, kan bli hjulpet. Hans kjærlighet er så mye høyere enn all annen kjærlighet som himmelen er høyere enn jorden. Han våker over sine barn med en kjærlighet som er ubegrenset og evig. {HOL 368.2}

Ha tro på Gud når det er som mørkest, når det ser ut som om ingenting skal lykkes. Han lar sin vilje skje og gjør alt til det beste for sitt folk. De som elsker og tjener ham, vil få ny styrke for hver dag som går. {HOL 368.3}

Han er villig til og i stand til å gi sine tjenere all den hjelp de trenger. Han vil gi dem den visdom de behøver under vekslende forhold. {HOL 368.4}

Paulus, den mest prøvede av alle apostler sa: «Men han sa til meg: Min nåde er nok for deg, for min kraft blir fullendt i svakhet. Derfor vil jeg helst rose meg av min svakhet, for at Kristi kraft kan bo i meg. Derfor er jeg vel tilfreds i svakhet, under mishandling, i nød, i forfølgelser og trengsler for Kristi skyld. For når jeg er svak, da er jeg sterk!» 2 Kor 12:9,10. {HOL 368.5}

Kapitel 41 - Omgang med andre

Alltid når vi er sammen med andre mennesker, trengs det selvkontroll, overbærenhet og sympati. Vi er så forskjellige når det gjelder lynne, vaner og utdannelse, at vi ikke ser alt på samme måte. Vi bedømmer situasjoner ulikt. Vi er ikke fullstendig like i oppfatning av hva som er sannhet og i våre forestillinger om hvordan man bør te seg i livet. Det finnes ikke to som har akkurat de samme erfaringene. Det som er prøvelser for en, er ikke prøvelser for en annen. Plikter som en synes er lette, er for en annen vanskelige og forvirrende. {HOL 369 .1}

Menneskenaturen er så svakelig og uvitende og har så lett for å feiloppfatte hva som skjer, at hver og en av oss burde være forsiktig med hvordan vi bedømme andre. Vi vet så lite om hvordan andre opplever det vi gjør. Vi kan synes at det vi gjør eller sier, har liten betydning, men hvis våre øyne ble åpnet, ville vi se at det hadde den aller største betydning enten til godt eller til ondt. {HOL 369 .2}

Vær hensynsfull

Mange har båret så lite ansvar, de har opplevd så lite virkelig sjelekval, de har hatt så få byrder og bekymringer for andre, at de klarer ikke å forstå dem som virkelig bærer tungt ansvar. De skjønner seg like lite på andres byrder som et lite barn skjønner seg på de bekymringer og vanskeligheter en ansvarsbevisst far har. Barnet undrer seg kanskje over hvorfor faren er så bekymret og sliten, og den lille synes at det er så unødvendig. Men når barnet er blitt eldre og har fått mer erfaring, når det selv har fått oppleve noen av livets byrder, vil det se tilbake på farens liv og forstå det som en gang var så vanskelig å fatte. Bitter erfaring har lært barnet en lekse. {HOL 369 .3}

Det ansvar som mange med stort ansvar bærer, blir ikke forstått og satt pris på mens vedkommende ennå er i live. Først når andre tar opp de byrdene han har lagt fra seg, og møter de vanskelighetene han møtte, klarer de å forstå hvordan hans tro og mot ble satt på prøve. Da glemmer de også ofte de feilene de før var så ivrige etter å påpeke. Deres egen erfaring lærer dem å vise sympati. Gud tillater at mennesker blir satt i ansvarsfulle stillinger. Når de feiler, har han makt til å korrigere dem eller forflytte dem. Vi må være forsiktige så vi ikke gir oss til å dømme om det som bare Gud har retten til. {HOL 370.1}

Vi kan lære mye av den måten David oppførte seg på overfor Saul. På Guds befaling ble Saul salvet til konge over Israel, men fordi han var ulydig, kunngjorde Gud at riket skulle tas ifra ham. Allikevel oppførte David seg på en mild, høflig og overbærende måte overfor ham. Mens Saul forsøkte å ta Davids liv, kom han ut i ørkenen, og helt alene gikk han inn i den samme hulen hvor David og mennene hans skjulte seg. «Da sa Davids menn til ham:. Se, nå er den dagen kommet som Herren talte til deg om: Jeg gir din fiende i din hånd, så du kan gjøre med ham som du finner for godt! ... Og han sa til sine

menn: Herren fri meg fra å gjøre slikt mot min herre, mot Herrens salvede, og legge hånd på ham! For Herrens salvede er han.» Frelseren byr oss: «Døm ikke, for at dere ikke skal bli dømt! For med den dom som dere dømmer, skal dere selv dømmes, og med det mål dere måler, skal dere selv bli tilmålt.» Husk at snart vil det som er skrevet ned om ditt liv, bli lagt fram for Gud. Husk også at han har sagt: «Derfor er du uten unnskyldning, du menneske, hvem du er som dømmer. ... Du som dømmer, gjør jo selv det samme.» 1 Sam24:5-7;Mat7:1,2;Rom2:1. {HOL 370.2}

Vær overbærende

Vi har ikke råd til å la oss ergre over noen virkelig eller innbilt feil som er gjort mot oss. Den fiende vi har størst grunn til å frykte, er selvet. Ingen last har en mer nedbrytende virkning på karakteren enn menneskelig lidenskap som ikke er styrt av Den Hellige Ånd. Ingen annen seier vi kan vinne, er så dyrebar som seier over selvet. {HOL 371.1}

Vi burde ikke tillate at våre følelser blir så lett såret. Vi lever ikke for å vokte våre følelser og vår anseelse, men for å frelse sjeler. Når vi blir interessert i å frelse mennesker, slutter vi å bry oss om de små uoverensstemmelsene som så ofte oppstår i vår omgang med andre. Uansett hva andre måtte tenke om oss eller gjøre med oss, så burde ikke det få lov til å forstyrre vår enhet i Kristus eller vårt samfunn med Guds Ånd. «For hvilken ros fortjener dere vel om dere finner dere i straff når dere har syndet? Men om dere tåler lidelse når dere har gjort godt, da finner dere nåde hos Gud.» 1 Pet 2:20 {HOL 371.2}

Gjengjeld ikke ondt med ond. Fjern all årsak til misforståelse så langt det står i din makt. Unngå alt som minner om ondskap. Gjør alt som står i din makt til å oppnå forsoning, uten å gi avkall på prinsipper. «Om du da bærer fram ditt offer til alteret, og der kommer i hu at din bror har grunn til å klage på deg, da la ditt offer ligge der foran alteret, og gå først bort og forlik deg med din bror. Kom så og bær fram ditt offer!» Mat 5:23,24. {HOL 371.3}

Svar aldri med samme mynt hvis noen snakker irritert til deg. Husk at «mildt svar demper harme.» Ord 15: 1. Og det ligger en vidunderlig makt i å forholde seg taus. Hvis du snakker til en som er sint, blir han ofte bare enda mer opphisset. Men hvis du på en vennlig og overbærende måte møter sinne med taushet, vil det raskt forsvinne. {HOL 371.4}

Når du møter en storm av ondsinnet kritikk, skal du la ditt sinn være festet på Guds ord. Fyll tanker og hjerte med Guds løfter. Hvis du blir behandlet urettferdig eller møter falske anklager, skal du, istedenfor å svare hissig tilbake, gjenta for deg selv disse dyrebare løftene: {HOL 372.1}

«La deg ikke overvinne av det onde, men overvinn det onde med det gode.» Rom 12:21. {HOL 372.2}

«Sett din vei i Herrens hånd og stol på ham! Han skal gjøre det. Han skal la din rettferdighet bryte fram som lyset og din rett som lyset midt på dagen.» Sal 37:5,6. {HOL 372.3}

Intet er tildekket som ikke skal bli åpenbart, og intet er skjult som ikke skal bli kjent.» Luk 12:2. {HOL 372.4}

«Du lot mennesker fare fram over vårt hode, vi måtte gå gjennom ild og vann. Men du førte oss ut og gav oss overflod.» Sal 66: 12. {HOL 372.5}

Vi har så lett for å oppsøke våre medmennesker for å finne sympati og støtte istedenfor å gå til Jesus. I sin nåde og barmhjertighet tillater ofte Gud at de vi har satt vår lit til, svikter oss, for at vi skal lære hvor lite det hjelper å stole på mennesker og gjøre dem til vår styrke. La oss ydmykt og uegennyttig stole fullt og helt på Gud. Han kjenner den sorg som plager oss i dypet av vårt hjerte, men som vi ikke klarer å gi uttrykk for. Når alt ser mørkt og uforståelig ut, så husk på Frelserens ord: «Det jeg gjør, forstår du ikke nå, men du skal skjønne det senere.» Joh 13:7. {HOL 372.6}

Studer fortellingene om Josef og Daniel. Herren stanset ikke planene til de menneskene som forsøkte å skade dem, men han sørget for at »,alt tjente til det gode for hans tjenere, som midt i prøvelser og vanskeligheter bevarte sin tro og lojalitet. {HOL 372.7}

Så lenge vi er i verden, vil vi møte krefter som motarbeider oss. Vi vil bli provosert for at sinnet vårt skal bli prøvd, men det er ved å møte slik motstand med den rette ånd at kristne dyder blir utviklet. Hvis Kristus får bo i oss, vil vi bli tålmodige, vennlige, overbærende og frimodige under motgang og vanskeligheter. Dag etter dag og år etter år må vi seire over selvet og utvikle oss til å bli edle helter. Dette er den oppgaven som ligger foran oss, men vi kan ikke klare dette uten Jesu hjelp, og vi må ha en fast besluttsomhet, et urokkelig mål, en stadig årvåkenhet og et aldri sviktende bønneliv. Alle har sin egen personlige kamp å kjempe. Ikke engang Gud kan gjøre vår karakter edel og vårt liv brukbart uten at vi samarbeider med ham. De som bøyer av i denne kampen, går glipp av den styrke og glede seieren vil gi. {HOL 372.8}

Vi trenger ikke føre vårt eget regnskap for prøvelser og vanskeligheter, skuffelser og sorger. Alt dette blir skrevet i himmelens bøker, og Gud vil ta seg av dem. Når vi regner opp alt det ubehagelige vi har opplevd, vil vi glemme mye som ville være godt å tenke på, slik som Guds nåde og godhet som alltid omgir oss, og den kjærligheten som til og med englene undres over, at Gud gav sin Sønn til å dø for oss. Hvis du som en Kristi medarbeider føler du har hatt større bekymringer og prøvelser enn de fleste andre, så

husk at du vil få en plass som er ukjent for dem som unngår disse byrdene. Den som arbeider for Kristus, vil også oppleve trøst og glede. La verden se at et liv sammen med ham ikke er til ingen nytte. {HOL 373.1}

Ikke snakk om hva du føler hvis du ikke kjenner deg glad og lett om hjertet: Kast ikke skygger over andres liv. En kald og solfri religion trekker aldri sjeler til Kristus, men driver dem bort fra ham og inn i de snarer som Satan har satt ut for å fange dem som har gått seg vill. Tenk på den kraft du kan hente i Kristi navn istedenfor å dvele ved ditt eget mismot. La sinnet være opptatt av det usynlige. Styr tankene til alle bevisene på Guds store kjærlighet til deg. Troen kan holde ut i prøvelser, motstå fristelser og holde en oppe i skuffelser. Jesus lever som vår talsmann, og alt det han oppnår i sin midlertjeneste, er vårt. {HOL 373.2}

Tror du ikke at Kristus setter pris på dem som fullt og helt lever for ham? Tror du ikke at han besøker dem som, på samme måte som den elskede Johannes da han var i fangenskap, for hans skyld er kommet ut i prøvelser og vanskeligheter? Gud vil ikke tillate at en eneste av hans oppriktige arbeidere blir overlatt til seg selv for å kjempe mot overmakten og bli beseiret. Som en kostbar juvel tar han vare alle og enhver som har skjult sitt liv med Kristus i ham. Om alle dem sier han at han vil «gjøre deg til en signetring. For deg har jeg utvalgt.» Hag 2:23. {HOL 373.3}

Du må tale om løftene, om hvor villig Jesus er til å velsigne. Han glemmer oss,ikke et eneste lite øyeblikk. Når vi til tross for vanskeligheter omkring oss hviler tillitsfullt i hans kjærlighet og lukker oss selv inne med ham, vil opplevelsen av hans nærvær gi oss en dyp og stille glede. Kristus sa om seg selv: «Av meg selv gjør jeg intet, men slik som Faderen har lært meg, slik taler jeg dette. Han som har sendt meg, er med meg. Han har ikke latt meg bli alene, for jeg gjør alltid det som er til behag for ham.» Joh 8:28,29. {HOL 374.1}

Faderens nærvær omsluttet Kristus, og det hendte ham ikke noe utenom det som den evige kjærlighet tillot til velsignelse for verden. I dette hentet han sin trøst, og det burde vi også. Den som er fylt med Kristi Ånd, blir i Kristus. Alt som møter ham, kommer fra Frelseren, som omslutter ham med sitt nærvær. Ingenting kan ramme ham uten at Herren tillater det. Alle våre lidelser og sorger, alle våre fristelser og prøvelser, alle våre bekymringer og byrder, all forfølgelse og forsakelse, kort sagt: alle ting tjener oss til det gode. Gud bruker alle erfaringer og omstendigheter for å gi oss det gode. {HOL 374.2}

Hvis vi forstod hvilken langmodighet Gud viser oss, ville vi aldri finne på å anklage og dømme andre. Hvor forbauset Jesu disipler ville ha blitt hvis de etter at de hadde lært ham å kjenne, hadde hørt ham si ett eneste anklagende, fordømmende eller utålmodig ord. La oss aldri glemme at de som elsker ham, skal representere ham slik han var. {HOL 374.3}

Vær varmhjertet mot hverandre i broderkjærlighet! Kappes om å hedre hverandre!» «Så dere ikke gjengjelder ondt med ondt eller skjellsord med skjellsord, men heller velsigner. For dere er selv kalt til å arve velsignelse.» Rom 12:10; l Pet 3:9. {HOL 374.4}

Herren Jesus krever av oss at vi skal anerkjenne ethvert menneskes rettigheter. Vi må ta hensyn både til menneskenes sosiale rettigheter og deres rettigheter som kristne. Alle må behandles høflig og hensynsfulIt, som Guds sønner og døtre. {HOL 374.5}

Kristendommen vil virke dannede på mennesker. Kristus var høflig til og med mot dem som stilte ham for retten, og hans sanne etterfølgere vil vise den samme ånd. Se på Paulus da han ble ført fram for landets herskere. Hans tale for kong Agrippa illustrerer både ekte høflighet og overbevisende talekunst. Evangeliet oppmuntrer ikke til den formelle høflighet som er vanlig i verden, men den høflighet som har sitt utspring i ekte nestekjærlighet. {HOL 375.1}

Vi klarer ikke å fjerne all irritasjon, all streng fordømmelse og all upassende tale bare ved å utvikle vårt ytre menneske. Ingen vil oppnå sann dannelse så lenge selvet blir holdt som det viktigste. Kjærligheten må bo i hjertet. En virkelig sann kristen er motivert av den dype kjærlighet han har til sin Mester i sitt hjerte. Fra roten til hans hengivenhet til Kristus spirer en uselvisk interesse for medmennesker. Den som eier kjærlighet, vil også være taktfull og sømmelig og ha en tiltalende oppførsel. Kjærligheten vil skinne ut av ansiktet og gjøre stemmen mild. Den vil foredle og høyne hele mennesket. {HOL 375.2}

Livet består ikke først og fremst av store oppofrelser og mektige bedrifter, men av små ting. Det er som regel gjennom tilsynelatende bagateller, som kan virke ubetydelige, at det som er virkelig godt eller virkelig ondt får innpass i livet vårt. Fordi vi ikke holder stand i de prøvene som møter oss i det små, danner vi vaner som ødelegger karakteren, og når større prøver kommer, er vi ikke beredt. Bare ved å være prinsippfast i de daglige prøvene vil vi få kraft til å være trofast og holde stand i farlige og vanskelige situasjoner. {HOL 375.3}

Vi er aldri alene. Enten vi har valgt ham eller ikke, så har vi alltid en som går ved vår side. Husk - samme hvor du .er eller hva du gjør: Gud er med deg. Ingenting av det som blir sagt eller gjort, går ham forbi. Det er en som er vitne til alt du sier og alt du gjør - en hellig Gud, som hater synd. Tenk alltid på dette før du snakker eller gjør noe. Som kristen er du medlem av den kongelige familie, et barn av den himmelske konge. Du må aldri si noe eller gjøre noe «som spotter det gode navn som er nevnt over dere.» Jak 2:7. {HOL 375.4}

Vi må studere nøye ham med både guddommelig og menneskelig karakter og alltid spørre oss selv: «Hva ville Jesus ha gjort hvis han var i mitt sted?» Dette burde være målestokken for våre plikter. Ha ikke unødvendig samvær med slike som gjennom sine

holdninger vil svekke dine planer om å gjøre det som er rett eller sverte din samvittighet. Gjør ikke noe sammen med fremmede, på gaten, på reiser, i hjemmet, som kan ha den minste antydning av ondt. Gjør noe hver dag for å høyne, forskjønne og foredle det livet som Kristus har kjøpt med sitt eget blod. {HOL 376.1}

Vi må alltid handle på grunnlag av prinsipper, ikke innskytelser. Demp din naturlige impulsivitet med ydmykhet og mildhet. Gi deg ikke til med lettsindighet og fjas. La ikke upassende vittigheter passere dine lepper. Heller ikke tankene må få lov til å løpe løpsk. De må bli holdt i tømme og tatt til fange under lydighet mot Kristus. La dem være opptatt av hellige ting. Da vil de, ved Kristi nåde, bli rene og sanne. {HOL 376.2}

Vi må alltid huske hvilken opphøyende kraft det ligger i rene tanker. Det eneste trygge for alle mennesker er å tenke rett. Som en mann «tenker i sin sjel, slik er han.» Ord 23:7. Selvkontroll blir styrket gjennom øvelse. Det som til å begynne med kan virke vanskelig, vil bli lettere når det er blitt gjentatt noen ganger, inntil rene tanker og gjerninger blir en vane. Hvis vi ønsker det, kan vi vende oss bort fra alt som er billig og lavt, og heve oss opp til et høyere nivå. Hvis vi vil, kan vi bli respektert av mennesker og høyt aktet av Gud. {HOL 376.3}

Venn deg til å tale vel om andre. Legg merke til de gode egenskapene hos dem du omgås, og se så lite som mulig av deres feil og mangler. Når du er fristet til å klage over hva noen har sagt eller gjort, så si heller noe fint om noe i den personens liv eller karakter. Oppelsk takknemlighet. Pris Gud for hans vidunderlige kjærlighet da han gav Kristus for å dø i vårt sted. Det svarer seg aldri å tenke på alt det vi har å beklage oss over. Gud ønsker at vi skal tenke på hans nåde og uforlignelige kjærlighet, så vi kan bli fylt med pris. {HOL 376.4}

Alvorlige arbeidere har ikke tid til å være opptatt av andres feil. Vi har ikke råd til å leve av restene av andres feil og nederlag. Ond tale inneholder en dobbel forbannelse, som rammer hardere den som taler enn den som hører på. Den som sår stridens og splidens sæd, høster dens dødelige frukter i sin egen sjel. Den som leter etter feil hos andre, gir grobunn for det onde hos seg selv. Når vi dveler ved andres feil, blir vi forvandlet etter det samme bilde. Men når vi betrakter Jesus og taler om hans kjærlighet og fullkomne karakter, blir vi forvandlet etter hans bilde. Hvis vi tar tid til å betrakte det høye idealet han har stilt opp for oss, blir vi løftet opp i en ren og hellig atmosfære, ja, sammen med Gud. Når vi holder oss der, skinner det fram fra oss et lys som stråler på alle vi omgås. {HOL 377.1}

Istedenfor å kritisere og fordømme andre burde vi si til oss selv: «Jeg må arbeide på min egen frelse. Dersom jeg samarbeider med ham som ønsker å frelse min sjel, må jeg være nøye med å våke over meg selv. Jeg må legge vekk alt ondt i mitt eget liv. Jeg må overvinne enhver feil. Jeg må bli en ny skapning i Kristus. Istedenfor å svekke dem som

kjemper mot det onde, vil jeg da kunne styrke dem med oppmuntrende ord.» Vi er altfor likegyldige overfor hverandre. Altfor ofte glemmer vi at de vi arbeider sammen med, har behov for styrke og oppmuntring. Se til at du forsikrer dem om at du har interesse og sympati for dem. Hjelp dem ved å be for dem, og la dem vite at du gjør det. {HOL 377.2}

Ikke alle som bekjenner seg til å arbeide for Kristus, er sanne disipler. Blant dem som bærer hans navn og som til og med regnes som hans arbeidere, er det noen som ikke representerer ham i sin karakter. De lar seg ikke styre av hans prinsipper. Slike mennesker er ofte årsak til forvirring og mismot blant medarbeidere som er yngre og har mindre erfaring i kristenlivet. Men ingen trenger å la seg villede. Kristus har gitt oss et fullkomment eksempel, og han byr oss å følge ham. {HOL 377.3}

Så lenge, jorden står, vil klinten og hveten være blandet. Da husbondens tjenere i sin iver for at han skulle bli æret, bad om å få lov til å rykke opp ugresset, svarte Mesteren: «Nei, for da ville dere også komme til å rive opp hveten når dere sanker ugresset sammen. La dem begge vokse sammen til høsten.» Mat 13:29,30. {HOL 377.4}

I sin nåde og langmodighet er Gud tålmodig med både forherdede og falske hjerter. Blant Jesu utvalgte disipler fantes forræderen Judas. Er det da noen grunn til at vi skulle bli overrasket eller mismodige om det skulle finnes noen med falske hjerter blant hans arbeidere i dag? Hvis han som kan lese menneskenes hjerter, kunne bære over med ham han visste var en forræder, så burde sannelig vi bære over med dem som har feilet. {HOL 378.1}

Og ikke alle, selv blant dem som synes å begå de største feil, er lik Judas. Peter, som var impulsiv, hissig og selvtilfreds, viste seg oftere i en ugunstig stilling enn Judas. Og han ble oftere irettesatt av Frelseren. Men tenk på det liv han kom til å leve i tjeneste og selvoppofrelse! Hvilket vitnesbyrd er han ikke om den kraft som ligger i Guds nåde! I den grad vi klarer det, burde vi være mot andre slik Jesus var overfor sine disipler da han vandret med dem og snakket med dem her på jorden. {HOL 378.2}

Se først og fremst på deg selv som misjonsarbeider blant dem du arbeider sammen med. Det kreves ofte svært mye tid og arbeid for å vinne en eneste sjel for Kristus. Og når en sjel vender seg bort fra synd til rettferdighet, er det stor glede blant englene. Tror du at de tjenende ånder som vokter over disse sjelene, liker å se hvor likegyldig de blir behandlet av noen som kaller seg kristne? Hvem av oss ville bli frelst hvis Jesus skulle behandle oss slik som vi ofte behandler hverandre? {HOL 378.3}

Husk at du ikke kan lese hjerter. Du kjenner ikke motivene bak de handlingene som du mener er så uriktige. Det er mange som ikke har fått en god oppdragelse, og deres karakter er forkvaklet, de er harde og knudrete og virker på alle måter å være noen kjeltringer. Men Guds nåde kan forvandle dem. Skyv dem aldri til side, gjør dem aldri

mismodige eller fortvilte ved å si: «Du har skuffet meg, og jeg vil aldri prøve å hjelpe deg mer.» {HOL 378.4}

Noen få hissige og uoverveide ord - ikke noe annet enn hva vi mener de fortjener - kan kutte vår mulighet til å påvirke dem og knytte dem til våre hjerter. {HOL 379.1}

Det beste argument og det mest overbevisende språk ligger alltid i å leve et konsekvent liv, å vise overbærenhet og å være rolig selv under irriterende utfordringer. Hvis du har hatt muligheter og fordeler framfor andre, så tenk nøye over dette, og vær alltid en vis, forsiktig og mild lærer. {HOL 379.2}

Hvis du vil at seglet skal sette et klart og tydelig bilde i voksen, trykker du det ikke raskt og voldsomt ned, men setter det forsiktig ned på den myke voksen og trykker det fast og rolig ned inntil voksen er blitt hard. På samme måte skal vi behandle menneskesjeler. Som kristen har du makt til å påvirke andre bare dersom du arbeider uavbrutt, og det er også avhengig av hvor trofast du er i å åpenbare Kristi karakter. Hjelp dem som har feilet ved å fortelle dem om din erfaring. Vis dem hvordan du fikk tilbake mot og håp ved at dine medarbeidere var tålmodige, vennlige og hjelpsomme mot deg da du hadde begått alvorlige feil. {HOL 379.3}

Ikke før i dommen vil vi få vite hvilken virkning det hadde å være vennlig og hensynsfull mot de svake, ufornuftige og uverdige. Når de vi har vist tillit, er utakknemlige og svikefulle, blir vi fristet til å vise avsky og harme. Det er presis hva de skyldige forventer, og de er forberedt på det. Men hvis vi er vennlige og overbærende, vil de bli overrumplet. Ofte vil det få dem til å se hva de burde ha gjort, slik at de blir fylt av en lengsel etter å føre et bedre liv. {HOL 379.4}

«Brødre! om også et menneske skulle bli overrumplet av en eller annen synd, da hjelp ham til rette, dere åndelige, med saktmodighets ånd. Men ta deg i vare, så ikke du også blir fristet. Bær hverandres byrder, og oppfyll på den måten Kristi lov.» Gal 6: 1,2. {HOL 379.5}

Alle som kaller seg kristne, burde ha i tanke at de ,som misjonsarbeidere vil møte alle slags personligheter. De vil møte den dannede og den rå, den ydmyke og den stolte, den religiøse og den skeptiske, den velutdannede og den uopplyste, den rike og den fattige. De kan ikke behandle alle disse forskjellige personlighetene likt, men alle trenger vennlighet og sympati. Gjennom omgang med andre burde vår personlighet bli polert og foredlet. Vi er avhengige av hverandre, knyttet tett sammen med medmenneskelighetens bånd. {HOL 379.6}

«Vår Herre bød oss alle være ett og gjøre livet for hverandre lett, så hvem det er som vakler. gå du hen og bring din Frelsers styrke til din venn.» {HOL 380.1}

Det er gjennom sosial omgang kristne kommer i berøring med verden. Enhver mann og kvinne som har tatt imot det guddommelige lys, må la lyset skinne på den mørke stien for dem som ikke kjenner den rette vei. Den kraft som ligger i sosial omgang, må blir helliget av Kristi Ånd og brukt til å bringe sjeler til Frelseren. Kristus må ikke bli gjemt bort i hjertet som en hellige og spennende hemmelig skatt, som bare den ene eieren skal glede seg over. Vi må la Kristus være i oss som en kilde med vann, som veller opp til velsignelse og evig liv for alle dem vi omgås. {HOL 380.2}

Kapitel 42 - Utvikling og tjeneste

Det kristne liv omfatter mer enn hva mange forstår. Det består ikke bare i å være mild, tålmodig, ydmyk og vennlig. Disse dydene er vesentlige, men i tillegg er det nødvendig med mot, styrke, handlekraft og utholdenhet. Den sti Jesus viser oss, er den trange, selvfornektelsens sti. For å kunne ta inn på denne stien og trenge seg fam gjennom vanskeligheter, må man være noe mer enn en svekling. {HOL 381.1}

Karakterstyrke

Det er behov for menn med styrke, menn som ikke vil vente til veien er jevnet ut og alle hindringer fjernet, menn som med sin friske iver kan inspirere de motløse som er begynt å bli slappe i sine anstrengelser, menn som har varm, kristen kjærlighet i sine hjerter, og som er sterke nok i sine hender til å utføre Mesterens tjeneste. {HOL 381.2}

Mange misjonsarbeidere er svake; slappe, fattige på energi og har lett for å bli motløse. De har ikke tiltakslyst. De eier ikke disse positive karaktertrekkene som inngir kraft til å gjøre noe - ånd og energi som tenner entusiasme. De som ønsker framgang, må eie mot og håp. Selv om de må kunne gi milde svar for å dempe vrede, må de også eie en helts mot .for å motstå det onde. Sammen med den nestekjærligheten som utholder alt, må de eie en så sterk personlighet at de vil kunne øve en positiv innflytelse på andre. {HOL 381.3}

Noen eier ikke en fast karakter. Deres planer og mål er uten bestemt form eller innhold. De er til liten praktisk nytte i denne verden. De er ubesluttsomme og udyktige, og denne svakheten bør de overvinne. I en sann kristen karakter finnes det noe ukuelig noe som ugunstige omstendigheter ikke klarer å forme eller påvirke. Vi må ha en sterk moralsk ryggrad, en rettskaffenhet som ikke lar seg smigre, bestikke eller skremme. {HOL 382.1}

Gud vil at vi skal benytte oss av enhver mulighet til å forberede oss til hans arbeid. Han forventer av oss at vi setter alle våre krefter inn for å utføre dette arbeidet, og at vi i våre hjerter alltid har klart for oss hvor hellig og forferdelig ansvarsfullt dette arbeidet er. {HOL 382.2}

Mange som er kvalifisert til å gjøre et utmerket arbeid, får gjort lite fordi de forsøker lite. Tusener går gjennom livet som om de ikke har noen mening med å leve, ikke noe høyere mål å nå. En av grunnene til dette er den lave selvfølelsen de har. Kristus betalte en uendelig høy pris for oss, og han vil at vi skal verdsette oss selv i forhold til den prisen han betalte. {HOL 382.3}

Vær ikke tilfreds med å nå bare et lavt mål. Vi har ikke nådd dit vi kunne, eller dit det er Guds vilje at vi skulle nå. Gud har gitt oss fortandsevnene, ikke for at vi skal la være å

bruke dem, eller for at de skal bli fordervet av jordiske eller simple formål, men for at de skal bli utviklet til det ytterste, renset, helliget, foredlet og brukt for å fremme Guds rike. {HOL 382.4}

Ingen burde være tilfreds med å være som maskiner, styrt av et annet menneske. Gud har gitt oss evnen til å tenke og handle, og ved å handle med forsiktighet og vende oss til ham for å få visdom, vil vi bli i stand til å bære byrder. Ta vare på den personligheten Gud har gitt deg. Vær ikke et annet menneskes skygge. Forvent at Herren vil virke i deg og ved deg og gjennom deg. {HOL 382.5}

Tro aldri at du er utlært, og at du nå kan hvile ut etter dine anstrengelser. Mennesket blir målt etter sin åndelige utvikling. Vår utdannelse burde vare livet ut, og hver dag burde vi lære og praktisere det vi har lært. {HOL 382.6}

Husk at i hvilken som helst stilling du måtte være, så åpenbarer du dine motiver og utvikler du din karakter. Uansett hvilket arbeid du måtte ha - utfør det nøyaktig og med flid. Overvinn trangen til å være overfladisk. {HOL 383.1}

Den samme holdning og de samme prinsipper som vi følger i vårt daglige arbeid, vil vi ta med oss gjennom hele livet. De som ønsker en på forhånd avtalt mengde arbeid og en bestemt lønn, og som ønsker å passe inn i arbeidet med en gang uten bryet med å tilpasse seg og uten noen opplæring, er ikke slike Gud kaller til å arbeide i sitt verk. De som prøver å finne ut hvordan de skal gi så lite som mulig av sine fysiske, mentale og moralske krefter, er ikke slike arbeidere som han kan øse sine rikelige velsignelser utover. Deres eksempel smitter over på andre. Deres hovedmotiv er egeninteresse. De som trenger å bli passet på, og som arbeider bare etter hvert som deres plikter blir fortalt dem i detalj, er ikke slike som vil bli kalt gode og tro tjenere. Det er behov for arbeidere som kan utvise energi, rettskaffenhet og flid, som er villige å gjøre det som er nødvendig. {HOL 383.2}

Mange får ikke gjort noe fordi de unndrar seg ansvar på grunn av frykt for å mislykkes. Dette gjør at de ikke skaffer seg den utdannelse som kommer av erfaring, og som lesing og studering og alle fordeler de ellers kan oppnå, ikke kan skaffe dem. {HOL 383.3}

Mennesket kan forme omstendigheter, men omstendigheter burde ikke få lov til å forme mennesket. Vi burde gripe omstendigheter som redskaper vi kan arbeide med. Vi burde mestre dem, men burde ikke tillate at de får mestre oss. {HOL 383.4}

Mennesker som kan arbeide med stor kraft, har møtt vanskeligheter, skuffelser og hindringer. Ved å sette alle sine krefter inn ble den motstanden de møtte til velsignelse for dem. De fikk større selvtillit. Problemer og floker tvinger oss til å stole på Gud og å utvise den fasthet som gjør en sterk. {HOL 384.1}

Kristus var ikke knipen i sin tjeneste for andre. Han talte ikke arbeidstimer. Han la all sin tid, sitt hjerte, sin sjel og styrke i medmenneskelig arbeid. Han slet seg gjennom anstrengende dager, og gjennom lange netter lå han bøyd i bønn om å få nåde og utholdenhet, slik at han kunne utføre en enda større tjeneste. Med sterke rop og tårer bønnfalt han himmelen om at hans menneskenatur måtte få styrke, hjelp til å møte den listige fienden i alle hans forførelser, kraft til å fullføre sin gjerning med å høyne menneskeheten. Han sa til sine arbeidere: «Jeg har gitt dere et forbilde, for at også dere skal gjøre slik som jeg har gjort mot dere.» Joh 13:15. {HOL 384.2}

«Kristi kjærlighet tvinger oss,» sa Paulus. 2 Kor 5:14. Dette var det underliggende prinsipp i all hans virksomhet, hans drivkraft. Selv om hans entusiasme kunne dabbe av fra tid til annen på pliktens vei, fikk ett eneste glimt av korset ham til på ny å binde opp om sitt sinns lender og å tvinge seg fram på selvfornektelsens sti. l arbeidet for sine brødre stolte han svært mye på den kjærlighet som var blitt åpenbart gjennom Kristi offer, med sin overvinnende og tvingende kraft. {HOL 384.3}

Tenk over hvor alvorlig og rørende hans appell er: «Dere kjenner vår Herre Jesu Kristi nåde, at han for deres skyld ble fattig da han var rik, for at dere ved hans fattigdom skulle bli rike.» 2 Kor 8:9. Du vet fra hvilken høyde han nedlot seg, og til hvilket ydmykelsens dyp han steg ned. Hans føtter gikk på selvoppofreIsens sti, og han vek ikke til side før han hadde gitt sitt liv. Det fantes ingen hvile for ham mellom himmelens trone og korset. Hans kjærlighet til menneskene fikk ham til å ønske velkommen enhver skammelig behandling og tåle enhver fornærmelse. {HOL 384.4}

Paulus formaner oss til at «ingen må bare se på sitt eget, men enhver må også ha de andres gagn for øye.» Han byr oss å «la dette sinn være i dere, som også var i Kristus Jesus, han som da han var i Guds skikkelse, ikke holdt det for et røvet bytte å være Gud lik, men gav avkall på det og tok en tjeners skikkelse på seg, da han kom i menneskers liknelse. Og da han i sin ferd var funnet som et menneske, fornedret han seg selv og ble lydig til døden - ja, døden på korset.» Fil 2:4-8. {HOL 384.5}

Det var svært viktig for Paulus at mennesker måtte få se og forstå Kristi ydmykelse. Han var overbevist om at dersom mennesker fikk hjelp til å betrakte det vidunderlige offer som himmelens majestet hadde brakt, så ville selviskhet forsvinne fra deres hjerter. Apostelen bruker lang tid på punkt etter punkt, for at vi i alle fall i noen grad skal kunne fatte hvor mye Frelseren bøyde seg for synderes skyld. Først leder han våre tanker til den posisjon Kristus hadde i himmelen ved Faderens side. Dernest åpenbarer han ham der han legger sin herlighet til side, hvordan han frivillig underkaster seg menneskelivels ydmykende forhold, hvordan han tar på seg en tjeners ansvar og blir lydig til døden, ja, den mest vanærende, avskyelige og smertefulle død - døden på korset. Klarer vi å betrakte denne vidunderlige åpenbaringen av Guds kjærlighet uten å fylles av

takknemlighet og kjærlighet og en dyp forståelse av den sannhet at vi er ikke våre egne? En slik Herre bør man ikke tjene motvillig eller med egoistiske motiver. {HOL 385.1}

«Dere vet,» sier Peter, «at det ikke var med forgjengelige ting, med sølv eller gull, dere ble kjøpt fri.» l Pet I :18. Tenk hvis det hadde vært nok å kjøpe seg frelse. Da ville det ikke ha vært noen sak for Herren, som sier: «Sølvet er mitt, og gullet er mitt!» Hag 2:8. Men synderen kunne frelses bare ved Guds Sønns dyrebare blod. De som ikke setter pris på dette underfulle offeret og trekker seg unna Kristi tjeneste, vil gå fortapt i sin egenkjærlighet. {HOL 385.2}

Et fast forsett

Jesus lot alt annet være ubetydelig i forhold til sin hovedoppgave, det store frelsesverk han var kommet for å utføre. Og hans disipler må utvise den samme hengivenhet, den samme selvfornektelse og oppofrelse, den samme lydighet mot Guds ord. Enhver som tar imot Kristus som sin personlige frelser, vil lengte etter det privilegium å kunne tjene Gud. Når en tenker over det himmelen har gjort for menneskene, vil hjertet tilbe Gud med en uendelig kjærlighet og en inderlig takknemlighet. Og en vil være ivrig etter å vise sin takknemlighet ved å vie sine evner til tjeneste for Gud. En vil lengte etter å vise sin kjærlighet til Kristus og til dem som er hans fordi han har kjøpt dem fri. Da vil en trakte etter tungt arbeid, vanskeligheter og oppofrelse. {HOL 385.3}

En sann Guds tjener vil gjøre sitt aller beste, for på den måten kan han bringe sin Herre ære. Han vil gjøre det som er rett, for på den måten viser han respekt for Guds krav. Han vil gjøre det han kan for å forbedre sine evner. Han vil utføre alle sine plikter som om det var for Gud han arbeidet. Hans eneste ønske vil være at Kristus skal motta hyllest og en fullkommen tjeneste. {HOL 386.1}

Det finnes et maleri som viser en okse som står mellom en plog og et alter med innskriften: «Rede til begge deler.» Det vil si rede til å trekke plogen eller til å bli ofret på alteret. Dette er et bilde på det sanne Guds barn - villig til å gå dit plikten kaller, til å fornekte seg selv og til å ofre seg i Frelserens tjeneste. {HOL 386.2}

Kapitel 43 - En høyere erfaring

Vi trenger hele tiden en ny åpenbaring av Kristus, en daglig erfaring som er i overensstemmelse med hans undervisning. Høye .og hellige mål ligger innenfor vår rekkevidde. Guds hensikt med oss er at vi stadig skal gå fram i kunnskap og styrke. Hans lov er en gjenklang av hans egen stemme, som innbyr alle: «Kom høyere opp og gå stadig fram på hellighetens vei.» Hver dag kan vår kristne karakters fullkommenhet vokse. {HOL 387.1}

De som tar del i Mesterens tjeneste, trenger en erfaring som er mye høyere, dypere og videre enn det mange til nå har hatt i tanke å oppnå. Mange som allerede er medlemmer av Guds store familie, vet lite om hva det vil si å se hans herlighet og å bli forvandlet fra herlighet til herlighet. Mange har bare en uklar forestilling av Kristi storhet, og allikevel banker deres hjerter av glede. De lengter etter å forstå Frelserens kjærlighet fullere og dypere. De bør pleie ethvert ønske sjelen har etter Gud. Den Hellige Ånd arbeider med dem som vil la seg arbeide med, former dem som vil la seg forme, danner dem som vil la seg danne. Søk den utviklingen som kommer av åndelige tanker og et hellig fellesskap. Du har til nå bare sett de første strålene av hans herlighets tidlige morgengry. Etter hvert som du lærer Herren bedre å kjenne, vil du lære at «de rettferdiges sti er som et strålende lys, som blir klarere og klarere til det er høylys dag.» Ord 4:18. {HOL 387.2}

«Dette har jeg talt til dere,» sa Kristus, «for at min glede kan være i dere, og deres glede bli fullkommen.» Joh 15: 11. {HOL 388.1}

Kristus var alltid opptatt av resultatene av sin gjerning. Hans jordiske liv var fullt av slit og selvoppofrelse, men han ble oppmuntret ved å tenke på at alt dette strevet ikke var forgjeves. Ved å gi sitt liv for menneskene ville han gjenopprette Guds bilde i menneskene. Han ville løfte oss opp fra støvet, omdanne vår karakter etter sin egen karakter og gjøre den vakker ved sin egen herlighet. {HOL 388.2}

Kristus betraktet det hans sjel hadde slitt for, og var fornøyd. Han skuet gjennom den lange evigheten og så all lykke hos dem som hadde fått tilgivelse og et evig liv fordi han var blitt ydmyket. Han ble såret for deres overtredelser, knust for deres misgjerninger. Straffen ble lagt på ham for at de skulle ha fred, og de fikk legedom ved hans sår. Han hørte de frelste synge Mose og Lammets sang. Selv om han først måtte gjennom bloddåpen, selv om verdens synder først skulle legges på hans uskyldige sjel, selv om skyggen av en usigelig sorg hvilte over ham, så valgte han å tåle korset og trosse skammen fordi han hadde sett den gleden som ville komme. {HOL 388.3}

Dette er en glede alle hans etterfølgere skal få del i. Det evige liv vil bli ufattelig stort og herlig men vår belønning vil slett ikke la vente på seg til den siste befrielsen. Selv her

kan vi ved tro gå inn i vår Frelsers glede. Som Moses skal vi holde ut som om vi så Den Usynlige. {HOL 388.4}

«Herre, nitti og ni du her jo har, er det ei nok for deg?»
Så vennlig lød da hyrdens svar: «Et får er tapt for meg!
Er veien enn farlig, bratt og lang, Med glede jeg går den tunge gang.»
Men de frelste har aldri kjent den natt, Ei følt dens dype sår,
Da han til pinen overlatt
Gjenvant det tapte får.
Han hørte dets skrik, han så dets nød, Nedstyrtet i jammer, savn og død.
«Å, min Herre, hva er det blod jeg ser På bergets nakne fjell?»
«Det rant for en som vandret der, Det er et frelsens vell.»
«Hvorav er din hånd så blodig rød?» «For hjorden jeg smakte korsets død.» {HOL 389.1}

Men fra fjellenes topp så høyt det lød
Et herlig rop engang:
«Mitt får er frelst av all sin nød,
Å syng en frydesang!»
Og himmelens engler sang i kor:
«Vær glad at vår Herre fant sitt får!»
Elizabeth c.Clephane {HOL 389.2}

Herrens glede

Det var nitti og ni som rolig lå
I ly fra nød og savn,
Men ett han så i fjellet gå
langt bort fra fredens havn.
Så ensomt blant klipper for det vill, Det hørte ei hyrdens røst så mild. {HOL 389.3}

Menigheten står i dag midt i striden. Vi står overfor en verden i mørke, som har nesten fullstendig overgitt seg til avguderi. Men dagen vil komme når kampen er over og seieren vunnet. Guds vilje vil råde på jorden som i himmelen. De frelste skarene vil ikke kjenne noen annen lov enn himmelens. Alle vil være en lykkelig, forent familie, kledd i lovprisningens og takknemlighetens klær - Kristi rettferdighets kappe. Hele naturen vil i all sin ufattelige skjønnhet prise og tilbe Gud. Verden vil være badet i lys fra himmelen, Månen vil skinne like klart som solen og sollyset vil være syv ganger sterkere enn nå. År etter år vil være fylt med glede. Morgenstjernene kommer til å synge av fryd og Guds sønner juble av glede, mens Gud og Kristus sammen vil forkynne: «Synden skal ikke være mer, og heller ikke døden skal være mer.» {HOL 389.4}

Fordi Gud selv har tegnet disse bildene av den kommende herlighet, burde de være kjære for hans barn. {HOL 390.1}

Bli stående på terskelen til evigheten og hør den varme velkomsten som møter dem som i dette livet har samarbeidet med Kristus og sett på det som en forrett og en ære å lide for hans skyld. Sammen med englene kaster de sine kroner ned for Frelserens føtter og utbryter: «Verdig er Lammet, som ble slaktet, til å få makt og rikdom og visdom og styrke og ære og pris og velsignelse! ... Ham som sitter på tronen, og Lammet, tilhører velsignelsen og æren og lovprisningen og makten i all evighet!» Ap 5:12,13. {HOL 390.2}

Der skal de forløste få hilse på dem som har ledet dem til den opphøyede Frelseren. Sammen vil de lovprise ham som døde for at menneskene kunne få det liv som er like langt som Guds liv. Striden er over. Det er slutt på all trengsel og kamp. Himmeren kommer til å bli fylt av seierssanger når de forløste står rundt Guds trone. Og alle vil stemme med i det jublende koret: «Verdig er Lammet, som ble slaktet» og førte oss til Gud. {HOL 390.3}

«Deretter så jeg - og se: En stor skare som ingen kunne telle, av alle folkeslag og stammer og folk og tungemål. De stod for tronen og for Lammet, kledd i lange, hvite kjortler, og med palmegrener i sine hender. Og de ropte med høy røst og sa: Frelsen tilhører vår Gud, han som sitter på tronen, og Lammet.» Ap 7:9,19. {HOL 391.1}

«Dette er de som kommer ut av den store trengsel, og de har tvettet sine kjortler og gjort dem hvite i Lammets blod. Derfor er de for Guds trone og tjener ham dag og natt i hans tempel, og han som sitter på tronen, skal reise sin bolig over dem. De skal ikke hungre mer, heller ikke tørste mer. Solen skal ikke falle på dem, eller noen hete. For Lammet, som er midt for tronen, skal vokte dem og føre dem til livets vannkilder, Og Gud skal tørke bort hver tåre fra deres øyne.» «Og døden skal ikke være mer, og ikke sorg, og ikke skrik og ikke pine skal være mer. For de første ting er veket bort.» Ap 7:14-17; 21:4. {HOL 391.2}

Vi burde alltid la disse usynlige tingene stå klart for oss. På den måten vil vi bli i stand til å verdsette det evige og det timelige riktig. Og på den måten vil vi få kraft til å påvirke andre til å velge et høyere liv. {HOL 391.3}

På fjellet med Gud

«Stig opp til meg på fjellet,» befaler Gud oss. Før Gud kunne bruke Moses for å befri Israel, måtte han være førti år sammen med Gud mellom ensomme fjell. Før han brakte budskapet til Farao, snakket han med engelen i den brennende busken. Før han på vegne av folket tok imot Guds lov, ble han kalt opp på fjellet for å se Herrens herlighet. Før han kunne dømme avgudsdyrkerne, ble han skjult i en fjellkløft, og Herren sa: «Jeg vil rope

ut Herrens navn for ditt åsyn. ... Herren er en barmhjertig og nådig Gud, langmodig og rik på miskunn og sannhet. ... Men han lar ikke den skyldige være ustraffet.» 2M 33:19; 34:6,7. Før han la av seg byrden for Israel og døde, kalte Gud ham opp på Pisgas topp og lot ham se herligheten i løftets land. {HOL 392.1}

Før disiplene drog ut på sine misjonsoppdrag, bad Jesus dem komme opp på fjellet sammen med seg. Før de fikk del i kraften og herligheten på pinsefestens dag, var de sammen med Jesus under nattverden, de møtte ham på fjellet i Galilea, de tok avskjed med ham på Oljeberget, hvor de også fikk et løfte fra englene, og de tilbrakte flere dager sammen på salen i Jerusalem i fellesskap og bønn. {HOL 392.2}

Når Jesus forberedte seg til en stor prøvelse eller en viktig oppgave, trakk han seg tilbake til ensomheten oppe i fjellet, hvor han bad til sin Far hele natten gjennom. Han bad gjennom en hel natt før han satte Disiplene inn i tjenesten, før Bergprekenen, før forklarelsen og før han skulle gå gjennom lidelsene i retten og på korset og den herlige oppstandelsen etterpå. {HOL 392.3}

Bønnens velsignelser

Også vi trenger å sette til side tid til bønn og ettertanke for å hente styrke til vårt åndelige liv. Vi verdsetter ikke høyt nok den kraft og mulighet som ligger i bønn. Det er sjelden vi opplever nøyaktig det samme to ganger. Stadig skjer det noe nytt, og vi må gjennom nye prøvelser, hvor det ikke er nok å stole på tidligere erfaring. Vi trenger det lyset som hele tiden kommer fra Gud. {HOL 392.4}

Kristus sender alltid et budskap til dem som lytter etter hans stemme. I den smertefulle natten i Getsemane hørte ikke de sovende disiplene Jesu stemme. De hadde en vag anelse av at det var engler til stede, men gikk glipp av den kraften og herligheten de kunne ha mottatt. Fordi de var døsige og sløve, fikk de ikke den erfaringen som kunne ha. styrket deres sjeler foran alt det fryktelige de skulle komme til å oppleve. Også i vår tid er det ofte slik at nettopp de som trenger guddommelig ledelse aller mest, ofte ikke får den, fordi de ikke setter seg i forbindelse med himmelen. {HOL 392.5}

De fristelsene vi hver dag blir utsatt for, gjør det nødvendig med bønn. Det ligger farer og lurer ved alle stier. De som prøver å redde andre fra ondskap og ødeleggelse, er særlig utsatt for fristelser. Fordi de hele tiden kommer i berøring med det onde, trenger de å ha et fast grep i Gud om de ikke selv skal bli besmittet. De skrittene som fører menneskene ned fra det høye og hellige til det lave, er korte og skjebnesvangre. På et øyeblikk har man tatt en avgjørelse som har varig betydning. Sjelen vil være uten noe vern om vi blir overvunnet en eneste gang. En eneste dårlig vane som vi ikke avviser på en fast måte, blir fort sterk som en lenke av stål og binder hele mennesket. {HOL 392.6}

Grunnen til at så mange blir overlatt til seg selv når de blir fristet, er at de ikke til enhver tid har forbindelse med Herren. Når vi tillater at samfunnet med Gud blir brutt, blir alt forsvar borte. Alle våre gode forsetter og idealer er ikke nok til å stå imot det onde. Vi må være bønnens kvinner og menn. Våre bønner må ikke være svake, tilfeldige og løse, men alvorlige, utholdende og stadige. Det er ikke nødvendig at vi til enhver tid skal bøye kne under bønn. Venn deg til å snakke med Frelseren når du er alene, når du er ute og går, og når du er opptatt i ditt daglige arbeid. La hjertet hele tiden være oppløftet i en stille bønn om hjelp, om lys, om kraft, om kunnskap. La ethvert åndedrett være en bønn. {HOL 393.1}

Som Guds medarbeidere må vi møte mennesker hvor de er, omgitt av mørke, nedsunkne i ondskap og farget av fordervelse. Men om vi har våre sinn rettet mot ham som er vår sol og vårt vern, vil ikke den ondskap som omgir oss kunne sette en eneste flekk på våre klær. Når vi arbeider for å frelse sjeler som er i ferd med å forgå, vil vi ikke bli gjort til skamme om vi stoler på Gud. Hvis vi lar Kristus være i våre hjerter, er vi trygge. Når han får være til stede i våre liv, vil det fylle sjelen med avsky for all ondskap. Vår ånd kan i den grad være fylt av ham at vi i tanke og ønske er ett med ham. {HOL 393.2}

Det var gjennom tro og bønn Jakob ble forvandlet fra å være et svakt og syndig menneske til å bli en Guds fyrste. Det er på samme måte vi kan bli kvinner og menn med høye og hellige mål, som lever et rent liv, kvinner og menn som ikke for noen pris vil vike bort fra sannhet, rett og rettferdighet. Alle er tynget av trykkende bekymringer, byrder og plikter, men jo vanskeligere vi har det og jo tyngre vårt ansvar er, desto mer trenger vi Jesus. {HOL 393.3}

Vi begår en alvorlig feil om vi forsømmer vår offentlige gudstjeneste. Vi må ikke undervurdere den forrett det er å være til stede ved en gudstjeneste. De som pleier de syke, har ofte ikke anledning til å benytte seg av disse privilegiene, men de burde være nøye med å ikke holde seg unødvendig borte fra Guds hus. {HOL 394.1}

Hvis en skal ha framgang i sitt arbeid og i sin omsorg for de syke, er en mer enn i noe annet rent verdslig yrke avhengig av den ånd av helligelse og selvoppofrelse som arbeidet er utført med. De som bærer ansvar, behøver å stille seg der hvor Guds Ånd kan gjøre et dypt inntrykk på dem. Fordi de har et mye større ansvar enn andre, burde de også i mye større grad enn andre føle behov for kunnskap fra Gud og hjelp fra Den Hellige Ånd. {HOL 394.2}

Det er ikke noe vi trenger mer i vårt arbeid, enn det som rent praktisk følger av å ha samfunn med Gud. Vi bør gjennom dagliglivet vise at vi har fred og hvile i Frelseren. Når hjertet er fylt av denne freden, vil den stråle ut av ansiktet. Den vil gi stemmen en overbevisende kraft. Samfunn med Gud vil virke foredlende på karakteren og livet.

Mennesker vil kunne se på oss som på de første disiplene at vi har vært sammen med Jesus. Dette vil gi arbeideren en kraft som det ikke er mulig å hente fra andre steder. Ingen må tillate seg selv å gå glipp av denne kraften. {HOL 394.3}

Vi må leve vårt liv på to plan - et liv i ettertanke og et liv i handling, i stille bønn og i alvorlig arbeid. Når du forener den styrken du får ved å være sammen med Gud, med alvorlige anstengelser for å utvikle deg til å vise omtenksomhet og omsorg for andre, forbereder du deg til de daglige plikter, og du bevarer en indre fred under alle forhold, uansett hvor store prøvelsene måtte være. {HOL 394.4}

Den guddommelige rådgiver

Mange tror at når de er i vanskeligheter, må de oppsøke en jordisk venn, fortelle ham om sine problemer og be ham om hjelp. Under slike omstendigheter blir deres hjerter fylt av vantro, og de synes veien ser mørk ut. Men hele tiden står den evige, mektige Rådgiver ved deres sider, han som innbyr dem til å sette sin lit til ham. Jesus, han som er stor nok til å bære alles byrder, sier: «Kom til meg, og jeg vil gi dere hvile.» Skal vi vende oss bort fra ham og til upålitelige mennesker, som er like avhengige av Gud som oss selv? {HOL 395.1}

Du mener kanskje at du har svakheter i din karakter og mangelfulle evner sammenlignet med hvor stort arbeidet er. Men selv om du hadde de største intellektuelle evner som noensinne er gitt til mennesker, ville det ikke være tilstrekkelig for å utføre arbeidet godt nok. «Uten meg kan dere intet gjøre.» Joh 15:5. Resultatet av alle våre anstrengelser hviler i Guds hender. Hold fast i ham med en stø og utholdende tillit samme hva som måtte inntreffe. {HOL 395.2}

La de vennskapene du stifter være underlagt alvorlig og ydmyk bønn, enten det gjelder forretningsforhold, omgangsvenner eller livsledsager. På den måten vil du vise at du ærer Gud, og Gud vil ære deg. Be når du kjenner deg svak. Når du er motløs, skal du lukke munnene overfor andre mennesker, for du skal ikke kaste skygger på andres sti. Men fortell alt til Jesus. Strekk dine hender oppover etter hjelp. Når du er svak, skal du gripe fatt i Guds uendelige kraft. Be om ydmykhet, visdom, mot og større tro, slik at du kan se lys i Guds lys og glede deg i hans kjærlighet. {HOL 395.3}

Helligelse og tillit

Når vi i ydmykhet har gått i oss selv, står vi der hvor Gud kan og vil åpenbare seg selv for oss. Det gjør ham godt når vi viser til den nåde og de velsignelser vi tidligere har mottatt, som grunn for at han skal la oss få del i større velsignelser. Han vil mer enn oppfylle forventningene til dem som fullt og helt stoler på ham. Herren Jesus vet nøyaktig hva hans barn trenger, og hvor mye av den guddommelige kraft vi vil bruke til

velsignelse for medmennesker. Han gir oss alt det vi ønsker å bruke til velsignelse for andre og for å foredle vår egen sjel. {HOL 395.4}

Vi må stole mindre på hva vi selv kan gjøre, og istedenfor ha mer tillit til hva Herren kan gjøre for og gjennom oss. Det er ikke vårt eget arbeid vi utfører, men Guds. La oss overgi vår vilje og våre planer til ham, uten å reservere oss det aller minste eller inngå kompromiss med selvet. La oss lære av erfaring hva det vil si å være fri i Kristus. {HOL 396.1}

Uten at vi lar Bibelens sannheter bli en del av vår egen erfaring, vil verken det å bare lytte til prekener sabbat etter sabbat eller å lese gjennom Bibelen gang etter gang eller få en utleggelse av skriftsteder vers for vers være til velsignelse for oss selv eller dem som lytter til oss. Forstanden, viljen og hele vår hengivenhet må bli underlagt Guds ords herredømme. Da vil Den Hellige Ånd kunne virke slik at undervisningen i Skriften blir prinsippene som styrer våre liv. {HOL 396.2}

Når du ber Herren om hjelp, så gi også din frelser ære ved å tro at du mottar hans velsignelser. All kraft og all visdom står til vår disposisjon. Vi trenger bare be om dette. {HOL 396.3}

Gå hele tiden i Guds lys. Betrakt hans karakter både dag og natt. Da vil du få øye på hans skjønnhet og juble over hans godhet. Når du forstår hans kjærlighet, vil ditt hjerte gløde. Du vil kjenne deg oppløftet som om du ble båret av Den Eviges armer. I den kraft og det lys som Gud gir, kan du forstå og utrette mer enn du noen gang trodde var mulig. {HOL 396.4}

«Bli i meg.»

Kristus ber oss: «Bli i meg, så blir jeg i dere. Likesom grenen ikke kan bære frukt av seg selv, men bare når den blir i vintreet, slik kan heller ikke dere bære frukt uten at dere blir i meg. ... Den som blir i meg, og jeg i ham, bærer mye frukt. For uten meg kan dere intet gjøre. ... Dersom dere blir i meg, og mine ord blir i dere, da be om hva dere vil, og dere skal få det. I dette er min Far herliggjort at dere bærer mye frukt, og dere skal bli mine disipler. {HOL 396.5}

«Likesom Faderen har elsket meg, så har jeg elsket dere. Bli i min kjærlighet. ... {HOL 397.1}

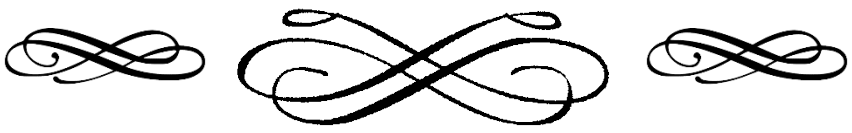
«Dere har ikke utvalgt meg, men jeg har utvalgt dere, og bestemt dere til å gå ut og bære frukt. Og deres frukt skal vare, for at Faderen skal gi dere alt det dere ber ham om i mitt navn.» Joh 15:4-16. {HOL 397.2}

«Se, jeg står for døren og banker. Om noen hører min røst og åpner døren, da vil jeg gå inn til ham og holde nattverd med ham, og han med meg.» Åp 3:20. {HOL 397.3}

«Den som seirer, ham vil jeg gi av den skjulte manna. Og jeg vil gi ham en hvit sten, og på stenen er et nytt navn skrevet som ingen kjenner uten den som får det.» ÅP 2: 17. {HOL 397.4}

«Den som seirer... jeg vil gi ham morgenstjernen.» ... «Og jeg vil skrive på ham min Guds navn, Og navnet på min Guds stad ... og mitt eget navn, det nye.» Åp 2:26-28; 3: 12. {HOL 397.5}

«Men ett gjør jeg».

De som setter sin lit til Gud, vil sammen med Paulus kunne si: «Alt makter jeg i ham som gjør meg sterk.» Fil 4: 13. Uansett hvilke feilgrep eller nederlag som måtte ligge bak oss, så kan vi med Guds hjelp heve oss over dem. Og sammen med apostelen vil vi kunne si: «Men ett gjør jeg: Jeg glemmer det som ligger bak og strekker meg ut etter det som er foran, og jager mot målet, til den seierspris som Gud har kalt oss til der ovenfra i Kristus Jesus.» Fil 3:l4 {HOL 397.6}

I Påvente av Slutten